تعلم الطبخ مع

الشيف رمزي شويري

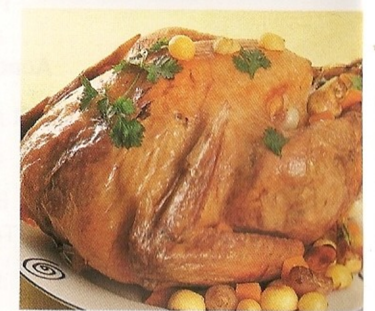
الدجاج



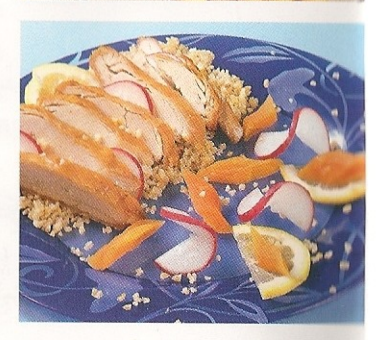
أكاديميا

تعلّم الطبخ
مع
الشيف رمزي شويري

الدجاج







المحتويات

فخذ الدجاج بالعسل

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 5 دقائق
- مدة الطهو: 30 دقيقة



المكوّنات	المقادير
عسل	ملعقة كبيرة
صلصة صويا	ملعقتان كبيرتان
زيت دوّار الشمس	ملعقة كبيرة
فلفل بودرة	رشّة
أفخاذ دجاج	4 أفخاذ

طريقة التحضير

1- نحمي الفرن للدرجة 220 مئوية ثم نسخّن العسل ونضيف إليه صلصة الصويا وزيت دوّار الشمس والفلفل.
2- بعد تنظيف أفخاذ الدجاج، ننقعها بنصف كمية الصلصة مدة 30 دقيقة.
3- نحضّر ورقة زبدة ونضعها على صينية ثم نضع فوقها أفخاذ الدجاج وندخلها إلى الفرن المحمّى لمدة 30 دقيقة حتى تنضج ونسقيها من وقت لآخر بالكمية المتبقية من الصلصة.
4- يمكن تناول هذا الطبق مع السلطة أو الجزر المقلي بالزبدة.

ملاحظة: من الأطباق الأساسية المرافقة لهذه الوصفة: 1. الأرز البسمتي المسلوق المقلّب مع القليل من زيت السمسم والمضاف إليه عروق الصويا والفليفلة الخضراء المقطّعة بشكل رفيع بالإضافة إلى الفطر الأسود والقليل من الزنجبيل المبشور. 2. النودلز (على أنواعه) المنقوع بالماء الفاتر والمصفى والمقلّب على النار مع زيت السمسم والصويا والجزر المقطع إلى دوائر وعروق الصويا وقلب القصب والبازلاء. 3. مكعبات البطاطا المقلية بالزيت الوفير والمقلبة مع الكاري والصلصة الحرّة وباقة من الأعشاب المجففة.

قالب الدجاج والزيتون

- الكمية: 8 - 12 حصة
- مدة التحضير: 30 دقيقة
- مدة الطهو: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
صدر دجاج	1/2 كلغ
بيض	3 بيضات
كريما	كوبان ونصف
صفار بيض	بيضة واحدة
طرخون مفروم	باقة كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة
عجينة التارت	1/2 كلغ
زيتون أخضر (منزوع النوى)	كوب واحد

طريقة التحضير

1- نقطّع صدر الدجاج إلى نصفين ونسلقه لمدة 20 دقيقة على البخار.

2- في وعاء، نمزج البيض في مقدار كوب من الكريما ونصف باقة من الطرخون المفروم. نملّح ونبهّر.

3- نرق ثلثي العجينة ونمدها في قالب. نوزع عليها الدجاج البارد المقطع والزيتون المقطع. ونغطي الحشوة بمزيج البيض والكريما.

4- نرق بقية العجينة ونغطي بها حشوة الدجاج. نحكم تسكير الجوانب ونصنع ثقباً في الوسط.

5- ندهن سطح العجينة بصفار البيضة ونخبزها في فرن على حرارة 180 درجة مئوية لمدة 50 دقيقة.

6- نخرج القالب ونقدمه مع بقية الكريما المطيّبة بما تبقى من الطرخون.

ملاحظة: تحضّر العجينة بعجن 4 أكواب من الطحين مع كوبين من الماء ورشة ملح وملعقة صغيرة من الخميرة و100 غ من الزبدة ويكون استعمال الخميرة اختيارياً.

دجاج بالثوم والزنجبيل

■ الكمية: 6 أشخاص ■ مدة التحضير: ساعة واحدة ■ مدة الشوي: حسب الرغبة



المكوّنات	المقادير
دجاج	4 صدور
ثوم	6 حصوص
زنجبيل طازج مبشور	ملعقة كبيرة
عصير حامض	1/2 كوب
كزبرة	باقة واحدة
بهار	ملعقة صغيرة
ملح	1/2 ملعقة صغيرة

طريقة التحضير

1- نقشر حصوص الثوم ونفرمها فرمًا ناعمًا.

2- نخلط الثوم في وعاء مع الزنجبيل المبشور وعصير الحامض والكزبرة المفرومة.

3- نقطع كل صدر دجاج إلى ثلاثة أقسام نضعها في وعاء ونخلطها مع صلصة الثوم.

4- نخلط جيدًا ونترك قطع الدجاج منقوعة في الصلصة لمدة ساعة خارج البراد.

5- نشك قطع الدجاج في أسياخ خشبيةٍ ونشويها لمدة 15 دقيقة على شوّاية الفرن أو الفحم ونقلبها باستمرار.

6- نقدّم قطع الدجاج ساخنة مع البصل الأبيضِ وأنصاف الليمون الحامض الأخضر والبندورة والفجل.

ملاحظة: نقدم إلى جانب هذا الطبق، الفطر المقلّب بالزبدة مع الصويا والفليفلة الخضراء المقطّعة إلى شرائح ودوائر الجزر والقليل من الصلصة الحرّة.

صدر الدجاج المحشو بالخضر

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: 35 دقيقة



المكوّنات	المقادير
دجاج	صدران (كل صدر يقسم إلى نصفين)
بطاطا	حبّتان
كوسى	حبّتان
جزر	حبّتان
لفت	حبّتان
زبدة	ملعقة صغيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة
زيت للقلي	

طريقة التحضير

1- نسطّح قطع الدجاج باستعمال المطرقة الخشبية المخصصة للمطبخ ثم نضيف إليها الملح والبهار.

2- نقشّر البطاطا ونقطّعها إلى مكعّبات ونقليها في الزيت حتى تصبح مقرمشة.

3- نسلق بقيّة الخضر ثم نصفيها ونطحنها مع الزبدة ونضيف إليها مكعبات البطاطا.

4- نوزع الحشوة في وسط قطع الدجاج المسطّحة ونلفّها ونثبتها باستعمال عيدان خشب.

5- نحمّرها في المقلاة ثم نغمرها بالصلصة ونتركها حتى تنضج تماماً ثم نقدّمها.

6- ولتحضير الصلصة المستعملة في الخطوة السابقة، نقوم بتجهيز «قليّة» بصل وثوم ثم نوزع عليها القليل من الطحين الأبيض وبعد التحريك نضيف مرق الدجاج حتى نحصل على الصلصة، مع إضافة عصرة ليمون حامض.

غراتان الدجاج

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 30 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• صدر الدجاج	4 قطع
• زبدة	3 ملاعق كبيرة
• ملح وبهار	حسب الرغبة
• طحين	ملعقة كبيرة
• مرق دجاج	كوب واحد
• كريما سائلة	نصف كوب
• فليفلة	حبّة واحدة
• ذرة	كوب واحد
• جبنة بيضاء مبشورة	نصف كوب

طريقة التحضير

1- نقطّع صدر الدجاج إلى أربع قطع نقليها لمدة 10 دقائق في ملعقة واحدة من الزبدة، ثم نضيف إليها الملح والبهار حسب الرغبة.

2- نحمي الفرن لما فوق الدرجة 200 مئوية.

3- نذوّب ملعقة من الزبدة في قدر ونخلطها مع الطحين والمرق ونحرك حتى الغليان.

4- نضيف الكريما السائلة والملح والبهار لنحصل على الصلصة.

5- نقطّع الفليفلة إلى شرائح ثم نضعها مع الذرة في طبق مدهون بالزبدة، ونضيف كمية من الصلصة، ثم طبقة من الدجاج.

6- نغطّي الطبق بما تبقى من الصلصة ونضيف إليه الجبنة المبشورة ثم ندخله إلى الفرن ليتحمر مدة ربع ساعة ثم يُقدَّم.

أفخاذ دجاج بالحبق

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 5 دقائق ▪ مدة الطهو: 30 دقيقة



المكونات	المقادير
• أفخاذ دجاج	4 أفخاذ
• خردل	ملعقة صغيرة
• صلصة البستو (حبق، صنوبر، زيت، ثوم وملح)	4 ملاعق كبيرة
• بقدونس مفروم	ملعقة كبيرة
• زبدة	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن لدرجة حرارة 220 مئوية، ثم ننظّف الأفخاذ ونفركها بالخردل.

2- للحصول على صلصة البستو، نضع الحبق والصنوبر وزيت الزيتون والثوم والملح والبهار في الخلّاط الكهربائي ونخفق حتى ينعم المزيج تماماً.

3- نخلط البستو مع البقدونس ونسكبه فوق أفخاذ الدجاج، وندخل الصينية إلى الفرن حتى تنضج المكونات.

4- من الأطباق المرافقة لهذه الوصفة، المعكرونة على أشكالها المقدّمة مع إحدى الصلصات الغنية التالية:

- نقلّب المعكرونة المسلوقة مع القليل من زيت الزيتون ومكعّبات البندورة والفليفلة الخضراء وإكليل الجبل.
- نقلّب المعكرونة المسلوقة مع القليل من زيت الزيتون والفول الأخضر المقشر (أو البسلّى) ومكعّبات البندورة والحبق.
- نقلب المعكرونة المسلوقة مع القليل من الزبدة ثم نوزع عليها القليل من الطحين الأبيض. وبعد التحريك نضيف الكريما السائلة ونحرك حتى نحصل على الصلصة البيضاء.

دجاج على الطريقة اليونانيّة

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: ساعة ونصف



المكوّنات	المقادير
• فروج	1.5 كلغ
• خل أبيض	كوبان ونصف
• زيت زيتون	1/2 كوب
• ثوم	4 حصوص
• غار	ورقتان
• كبش القرنفل	4 حبات
• حبوب الكزبرة	ملعقتان كبيرتان
• فطر	200 غ
• شمار	4 حبات
• ليمون حامض	حبة واحدة
• كزبرة خضراء وملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقطع الفروج إلى 8 قطع نزيل منها الجلد والعظم ونحفظه جانبًا.

2- في وعاء، نغلي لمدة 30 دقيقة 5 أكواب من الماء مع الخل والزيت والثوم وورق الغار وكبش القرنفل وحبوب الكزبرة وعظام الدجاج. نصفّي المرق ونعيده إلى الوعاء.

3- نسلق قطع الدجاج في المرقة لمدة 30 دقيقة.

4- نضيف الفطر والشمار المقطع أرباعا ونترك المواد تغلي على نار خفيفة لمدة 30 دقيقة إضافية.

5- نقدم الدجاج فور نضوجه مع الخضر في طبق ونرش عليه المرق ونزيّنه بشرائح الحامض والكزبرة الخضراء المفرومة.

جوانح دجاج بالبهارات الشرقية

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 15 دقيقة
- مدة الطهو: 20 دقيقة



المكوّنات	المقادير
جوانح دجاج	16 جانح
بصل صغير	8 حبّات
ثوم	4 حصوص
زيت	6 ملاعق كبيرة
5 بهارات	ملعقة صغيرة
صلصة صويا	4 ملاعق كبيرة
كزبرة	6 عروق

طريقة التحضير

1- نقشّر البصل والثوم ونفرمهما.

2- نضع الزيت في مقلاة على النار مع البصل والثوم ونضيف البهارات وصلصة الصويا ونترك المزيج يغلي ثم نرفعه عن النار حتى يبرد.

3- ننزع الجلد عن الجوانح، وننقعها بمزيج البصل والثوم لمدة ساعة واحدة.

4- نحمّي الفرن ونصفّ الجوانح في صينية مدهونة بالزيت وندخلها إلى الفرن لمدة 15 دقيقة ونقلّبها ونوزع المرق عليها.

5- عندما تستوي الجوانح نزيّن الطبق بالكزبرة ونقدّمه مع الأرز أو الخضر المطبوخة.

ملاحظة: يمكن شك الجوانح، كما يظهر في الصورة، في أسياخ خشبية وشيّها على الفحم.

كذلك يمكن غمر الجوانح بعد استوائها وهي ما زالت في صينية الشواء، بالأرز المغسول والمنقوع والمصفى ثم غمرها بمرق الدجاج ووضع غطاء على الصينية أو ورقة ألومنيوم وطبخ الأرز في الفرن. يأخذ الأرز حينها نكهة خواص الدجاج ويتلوّح ببعض اللون.

كوسكوس بالدجاج

▪ الكمية: 6 أشخاص ▪ مدة التحضير: 25 دقيقة ▪ مدة الطهو: ساعة ونصف



المكونات	المقادير
كوسكوس	1 كلغ
فرّوج	1.5 كلغ
حمّص	كوب واحد
بصل	حبّتان
عصير بندورة	علبة صغيرة
زبدة	ملعقتان كبيرتان
لفت	1/2 كلغ
كوسى وجزر	1/2 كلغ من كل صنف
كزبرة حبّ	حسب الرغبة
فليفلة حرّة	3 قرون
زيت زيتون	حسب الرغبة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- قبل ليلة، ننقع الحمّص في الماء، ثم نقطّع الدجاج ونضعه في قدر ونضيف إليه 4 لترات من الماء المملح ثم نضعه على النار حتى الغليان ونضيف إليه بصلتين مقطّعتين حصصًا، مع ملعقة صغيرة من البهار الحبّ وعصير البندورة.

2- في هذا الوقت، نضع الكوسكوس في مصفاة فوق مرق الدجاج، ثم نضع فوطة رطبة بين المصفاة والقدر ليتغلغل البخار في الكوسكوس. وبعد نصف ساعة، نضع الكوسكوس على طبق، ونضيف إليه المرق والزبدة ونمزج جيدًا، ثم نسلق الحمّص في الماء المملح.

3- في هذا الوقت، نقطّع اللفت والجزر إلى مكعّبات، نضعها لمدة ساعة في المرق، ثم نضيف الكوسى المقطّعة بعد ربع ساعة مع الكزبرة. نعيد وضع الكوسكوس في المصفاة فوق المرق المغلي حتى يبقى ساخنًا ثم نضعه في طبق ونزيّنه بالدجاج والحمّص والخضر والمرق والفليفلة الحرّة. نقدّم الطبق ساخنًا.

تارت الدجاج مع الجبنة

■ الكمية: 8 أشخاص ■ مدة التحضير والطهو: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
صدر دجاج مقطّع	4 قطع
زيت زيتون	6 ملاعق كبيرة
بصل صغير الحجم	6 حبّات
سكّر أسمر	ملعقتان صغيرتان
خلّ	ملعقتان كبيرتان
عجينة	1/2 كلغ
جبنة ماعز	200 غ
روكا	باقة واحدة
فليفلة حمراء وخضراء وصفراء	حبّة من كلّ صنف

طريقة التحضير

1- نحمّي مقدار 6 ملاعق من الزيت في مقلاة كبيرة، ثم نضيف البصل والدجاج المقطّع ونقليه لمدة 15 دقيقة على نار خفيفة حتى يذبل البصل ويتحمّر الدجاج. نضيف السكر والخل إلى المقلاة ونضعها لمدة 5 دقائق إضافية على النار ثم نتركها جانبًا.

2- نرقّ العجينة ونقطعها إلى 4 أقسام مستطيلة ونسوّيها على شكل تارت، ثم ندخلها إلى الفرن ونخبزها فيه لمدة 20 دقيقة.

3- نوزع مزيج البصل والدجاج على قطع التارت ونعيد إدخالها إلى الفرن لمدة 20 دقيقة حتى تتحمّر أطرافها، ثم نضيف إليها جبنة الماعز ونبقيها لمدة 5 دقائق إضافية في الفرن. نغسل الروكا والفليفلة وننزع لبّها ثم نفرمها ونزيّن بها التارت.

ملاحظة: تحضَّر العجينة بعجن كوبين من الطحين مع مقدار ملعقتين كبيرتين من الزبدة ورشة ملح وبيضة. تعجن المواد جيداً حتى نحصل على عجينة متماسكة.

دجاج حرّ بالأناناس

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: ساعة ونصف



المكوّنات	المقادير
• فروج	1.5 كلغ
• شمار وحامض	حبّة من كل صنف
• ملح وبهار	حسب الرغبة
• فليفلة حرّة	حبّة واحدة
• زنجبيل مبشور	ملعقة صغيرة
• زيت	3 ملاعق كبيرة
• أناناس وبصل	حبّة من كل صنف
• أعشاب مطيّبة (غار، بقدونس، زعتر، كرفس)	باقة واحدة
• قرفة	عودان
• زبدة	ملعقتان كبيرتان

طريقة التحضير

1- نمزج عصير الحامض مع ملعقة صغيرة من الملح والبهار والحر المفروم والزنجبيل وملعقة من الزيت. ندهن الفروج من الداخل ومن الخارج بهذا المزيج ونحفظه جانبًا لمدة 30 دقيقة.

2- نقشر البصل والشمار ونقطعهما إلى جوانح. ثم نحمّي ما تبقى من الزيت في قدر ونقلي فيه البصل والشمار لمدة 5 دقائق، ثم نرفعهما من الزيت ونحفظهما جانبًا.

3- نضع الفروج في القدر ونقلّبه في الزيت حتى يصبح لونه ذهبيًا. بعد ذلك نضيف 6 أكواب من الماء مع الأعشاب المطيبة والبصل والشمار والقرفة. نغطي القدر ونتركها على نار متوسطة لمدة ساعة واحدة.

4- نقشر الأناناس ونقطّعه إلى شرائح ونزيل لبّه القاسي. نقلي الشرائح بالزبدة في مقلاة على نار قوية حتى تصبح ذهبية اللون، ثم نضيفها إلى القدر ونتركها على النار لمدة 15 دقيقة إضافية. نقدم الدجاج مع بقية المكوّنات.

دجاج مع الكراث

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 15 دقيقة
- مدة الطهو: ساعتان



المكونات	المقادير
فروج مقطع	1 كلغ
كراث	1.5 كلغ
لفت	حبتان
فطر	كوب وربع
جزر	3 حبات
طرخون وأعشاب مطيبة	باقة من كل صنف
خل أبيض	ربع كوب
بصل مشكوك بكبش القرنفل	حبة واحدة
مرق دجاج	3 أكواب
صفار بيض	بيضتان
كريما طازجة	كوب واحد
زبدة	ملعقة صغيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقشّر الخضر ونغسلها، ثم نقطع الجزر واللفت إلى مكعّبات. ونضع قطع الدجاج في مقلاة ونسقيها بمرق الدجاج ثم نضيف اللفت والجزر والقليل من الكراث وباقة الأعشاب المطيبة والبصل المشكوك بكبش القرنفل.

2- نغطي المقلاة ونتركها لمدة ساعة ونصف على نار خفيفة، ثم نضيف إليها البهار والملح. بعد أن ينضج الدجاج تماماً، نحفظه جانبًا ونصفّي المرق الناتج عنه، ثم نعيد وضع الدجاج والمرق في المقلاة ونضيف إليهما لبّ الكرّاث الأبيض والقليل من الطرخون المفروم ثم نغطي المقلاة ونتركها 30 دقيقة على النار.

3- نغسل الفطر ونقطع عنقه، ثم نقليه مع القليل من الزبدة. نخفق الكريما مع صفار البيضتين، ثم نرفع المقلاة عن النار ونمزج المرق مع خفيق الكريما والصفار. نقدّم الطبق ساخنًا وإلى جانبه الأرز الأبيض.

اسكالوب حبش بالأفوكادو

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: 20 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• اسكالوب حبش	8 قطع
• أفوكادو كبير الحجم	حبة واحدة
• بصل	4 حبّات
• كمبوت دراق	حبّتان
• ليمون حامض أخضر	حبّتان
• عنب أبيض	ملعقتان كبيرتان
• زبدة	ملعقة كبيرة
زيت نباتي	ملعقة كبيرة
• بهارات مطحونة (كمون، كزبرة، كبش قرنفل)	ملعقة صغيرة
• ملح ناعم	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقشر البصل ونقطّعه جوانح، ثم نصفّي الدراق ونقطّعه إلى مكعّبات.

2- نرش على قطع الاسكالوب عصير حامضة واحدة ونغلّفها بالبهارات والملح، ثم نحمّي الزبدة مع الزيت في قدر. نقلي قطع الاسكالوب لمدة 5 دقائق من كل جهة، ثم نرفعها من القدر ونحفظها جانبًا.

3- نضع جوانح البصل في القدر ونقليها لمدة 3 دقائق حتى تتحمّر قليلاً.

4- نضيف مكعّبات الدراق والعنب ونقليها لمدة 5 دقائق. نعيد قطع الاسكالوب إلى القدر ونتركها على نار خفيفة لمدة 5 دقائق إضافية، نقلّبها من حين إلى آخر حتى تتحمّر ثم نقدّمها مع الأفوكادو والدراق.

دجاج مع الذرة

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 30 دقيقة ■ مدة الطهو: 25 دقيقة



المكوّنات	المقادير
فرّوج مقطّع(8 قطع)	1.5 كلغ
بيض	بيضة واحدة
حليب	ملعقتان كبيرتان
بابريكا	ملعقتان كبيرتان
طحين	1/4 كوب
كعك مطحون	1/4 كوب
أكواز ذرة صغيرة مسلوقة أو معلبة	200 غ
زيت	ملعقة كبيرة
زبدة	1/2 كوب
ملح وبهار	حسب الرّغبة

طريقة التحضير

1- نمزج الطحين مع البابريكا والملح والبهار في صحن عميق، ثم نخفق البيضة مع الحليب في صحن آخر.

2- نفرك قطع الدجاج بالطحين ثم نلكّها بالبيض والكعك المطحون.

3- نحمّي الفرن للدرجة 180 مئوية، ثم نسخّن الزبدة مع الزيت في مقلاة ونضع فيها قطع الدجاج ونقلّبها لتتحمّر من الجهتين، ثم ندخلها إلى الفرن لمدة 15 دقيقة لتنضج بالكامل ونقدّمها مع أكواز الذرة.

ملاحظة: تعتبر هذه الطريقة شكلاً آخر للدجاج البروستيد لكنها محضَّرة في المنزل. فآلة البروستيد من الآلات الخطرة التي يمنع وجودها بالمنزل لأنها تعمل على البخار المرتفع الحرارة مع زيت الحامي.

فرّي بالعنب والزبيب

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 25 دقيقة



المكوّنات	المقادير
عصافير فرّي	4 حبات
سودة دجاج	100 غ
لحم دجاج مفروم ناعم	100 غ
عنب أبيض	600 غ
زبيب	1/4 كوب
مرق دجاج	نصف كوب
زيت	ملعقة كبيرة
زبدة	5 ملاعق كبيرة
كريما	نصف كوب
طرخون	عرق واحد
ملح وبهار	حسب الرغبة
جوزة طيب مطحونة	رشة

طريقة التحضير

1- لإعداد حشوة الدجاج: نضيف تدريجا زلال بيضة واحدة إلى الدجاج المفروم ونمزج جيدًا. نملح ونرش قليلاً من جوزة الطيب المطحونة. أخيرًا نضيف ملعقة كبيرة من الكريما السميكة ونمزج جيدًا.

2- ننقع الزبيب في الماء الساخن. نقلي بسرعة وعلى نار قوية سودة الدجاج مع ملعقة كبيرة من الزبدة. نحمي الفرن. نخلط حشوة الدجاج مع الزبيب والسودة والملح والبهار. نملّح الفرّي ونبهّره ونحشوه بالحشوة التي قمنا بتحضيرها.

3- في قدر، نقلي عصافير الفرّي بالزيت الممزوج مع ملعقتين من الزبدة حتى تأخذ لونًا ذهبيًّا. نغطي القدر وندخلها إلى الفرن لمدة 20 دقيقة.

4- نسخن العنب مع ملعقتين من الزبدة على نار خفيفة. نوزع الفري والعنب في طبق التقديم. نزيّنه بأوراق الطرخون. نزيل الدسم من المرق ونضيف إليه 4 ملاعق من مرق الدجاج والكريما. نغليها قليلاً ونصفيها ونقدّمها مع العصافير.

بطة بالزيتون والحامض

▪ الكمية: 6 أشخاص ▪ مدة التحضير: 15 دقيقة ▪ مدة الطهو: ساعة وربع



المكوّنات	المقادير
بطّة منظفة ومفرغة من الداخل	1.5 كلغ
بصل أحمر	4 حبّات
ثوم	4 حصوص
زيتون أخضر وأسود (منزوع النوى)	250 غ من كل نوع
ليمون حامض	حبّتان
زيت زيتون	4 ملاعق كبيرة
زنجبيل ناعم	ملعقة كبيرة
خلّ	كوب واحد
ملح وبهار	حسب الرّغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن للدرجة 180 مئوية ثم نبهّر البط من الداخل ونملّحه.

2- نحمّر البطة في طنجرة على نار قوية مع القليل من زيت الزيتون ثم نستخلص منها الدهن ونحفظه جانبًا.

3- نحمّر البصل والثوم المفرومين والزنجبيل في الكمية المتبقية من الزيت ثم نضيف البطة والزيتون الأخضر والأسود والخل إلى الطنجرة ونتركها على النار حتى الغليان.

4- نغطي الطنجرة وندخلها إلى الفرن لمدة ساعة واحدة حتى تنضج البطة.

5- نغسل الحامض ونقطّعه أرباعًا مع قشره، ثم نضيفه قبل 10 دقائق من نضوج البطة.

6- نقدّم الطبق مع الخبز المحمّص الممزوج بالعسل.

دجاج على الطريقة التايلنديّة

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 25 دقيقة ▪ مدة الطهو: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
دجاج	4 قطع
بندورة كرزيّة	6 حبّات
ثوم	حصّ واحد
بصل سلموني	حبّتان
لبّ أناناس	200 غ
عصير أناناس	كوبان
حليب جوز الهند	كوب واحد
مرق دجاج	نصف مكعّب
زيت	ملعقتان كبيرتان
فلفل حرّ	ملعقة صغيرة
غار، ملح ،وبهار أبيض	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- ننقع الدجاج بنصف كمية عصير الأناناس والملح والبهار لإعطائه نكهة مميّزة.

2- نقشّر البصل ونفرمه ثم نقطّع البندورة الكرزية أرباعًا. نقشّر الثوم ونفرمه، ونقطّع الأناناس. نحمّر قطع الدجاج في طنجرة ضغط مع الزيت ثم نضيف إليها البصل المفروم.

3- نضيف مرق الدجاج وحليب جوز الهند مع الكوب المتبقي من عصير الأناناس.

4- نضع ورقة الغار والثوم والفلفل الحر في الطنجرة ونملّح المزيج ونبهّره. نترك الدجاج على النار لمدة 35 دقيقة تحت الضغط.

5- بعد مرور هذا الوقت، نرفع غطاء الطنجرة، ونزيل ورقة الغار ثم نضيف البندورة الكرزية والأناناس ونمزجها مع الدجاج ونقدّم الطبق ساخنًا.

دجاج بالزعفران

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 15 دقيقة ▪ مدة الطهو: 45 دقيقة



المكوّنات	المقادير
دجاج	4 قطع
كرفس	عرق واحد
جزر	حبة واحدة
بصل أحمر سلموني	حبتان صغيرتان ومفرومتان
زبدة	ملعقتان كبيرتان
كريما	كوب واحد
مرق الدجاج	4 أكواب
زعفران	1/4 ملعقة صغيرة
ثوم قصبي	6 عروق
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- في قدر، نقلي قطع الدجاج بالزبدة. نملّحها ونبهّرها.

2- عندما تتلوّن جيداً نضيف البصل المفروم ونحرك لمدة دقيقة واحدة.

3- نغمر قطع الدجاج بالمرق ونضيف الجزر والكرفس المقطعين.

4- نملح ونبهر حسب الذوق ونترك القدر على نار متوسطة وهي مغطاة لمدة 25 دقيقة تقريباً ثم نخرج الدجاج من القدر.

5- نغلي المرقة وندع ثلثها يتبخّر، ثم نصفّيها ونعيدها إلى القدر. نضيف الكريما والزعفران تدريجياً ونحرك جيداً. نترك القدر تغلي على نار هادئة لمدة 10 دقائق.

6- نسخن الدجاج في المرق ونقدّمه على طبق ونزيّنه بالثوم القصبي المفروم.

ملاحظة: نقدم الأرز البسمتي أو المعكرونة إلى جانب هذا الطبق.

أرنب بالخردل

▪ الكمية: 4-6 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: 50 دقيقة



المكوّنات	المقادير
أرنب	1.5 كلغ
خردل	200 غ
زيت	3 ملاعق صغيرة
كريما طازجة	لتر واحد
زبدة	ملعقة صغيرة
طرخون	باقة واحدة
بطاطا (حبّات صغيرة)	1 كلغ
ثوم	حصّ واحد
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- ننظّف الأرنب ونغسله جيدًا ثم نفركه بالخردل وننقعه.

2- نحمّي الفرن للدرجة 240 مئوية.

3- نسخّن الزيت في قدر ثم نضع فوقه الأرنب.

4- نملّح ونبهّر، ثم نضيف قليلاً من الطرخون المقطّع ونسقيه بكوب صغير من الماء.

5- في هذا الوقت نحضّر البطاطا على الطريقة الانكليزية، فنقشّر البطاطا وننقعها 20 دقيقة في الماء المملح وورق الغار وحص من الثوم غير المقشّر لإعطائها نكهة طيبة.

6- نضع فوق الأرنب الكريما الطازجة وملعقتين من الخردل، ثم نضع البطاطا مع الزبدة فوق الطبق ونطهوه في الفرن حتى ينضج تماماً.

7- أخيراً نزيّن الطبق بالطرخون عند التقديم.

لحم بطّ مع الملفوف الأحمر

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 30 دقيقة
- مدة الطهو: ساعتان وأربعون دقيقة



المكوّنات	المقادير
قاورما البط	4 أفخاذ
لفت	10 حبّات صغيرة
ملفوف أحمر	رأس صغير الحجم
زيت زيتون	5 ملاعق كبيرة
تفاح أخضر حامض	حبّتان
ثمار العرعر (juniper)	8 حبّات
خل تفاح	ملعقتان كبيرتان
سكّر	ملعقتان كبيرتان
ملح وبهار	حسب الرغبة
بصل	حبّة مشكوكة بكبش القرنفل

طريقة التحضير

1- نقطع رأس الملفوف إلى أربعة أجزاء ونزيل القلب والأوراق الخارجية ثم نفرمه. نقلي الملفوف المفروم في قدر مع 3 ملاعق كبيرة من الزيت. نضيف كوبين من الماء مع الخل وثمار العرعر والبصلة. نملح ونبهر ونغطي القدر ونتركها على نار خفيفة حتى يستوي الملفوف.

2- نصفي أفخاذ البط ونمسحها بورق ماص. نوزعها على الملفوف الأحمر ونتركها على النار لمدة 30 دقيقة. نسلق اللفت لمدة 15 دقيقة في الماء المملح والمغلي ثم نصفيه.

3- نقطع التفاح إلى 8 قطع ونزيل القلب. نقليها في مقلاة على نار هادئة لمدة 5 دقائق مع ملعقة من الزيت ونحفظها جانبًا. نقلي اللفت لمدة خمس دقائق مع ما تبقى من الزيت، ثم نضيف السكر ونترك المقلاة على النار حتى يتلون اللفت. نضيف التفاح واللفت إلى القدر.

دجاج بالهليون والفطر

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 40 دقيقة ▪ مدة الطهو: 50 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• أفخاذ دجاج	4 أفخاذ
• هليون أخضر وأبيض طازج	800غ من كل صنف
• فطر مجفّف	200 غ
• زيت زيتون	ملعقتان كبيرتان
• زبدة طريّة	ملعقة كبيرة ونصف
• خلّ أبيض ومرق الدجاج	نصف كوب من كل صنف
• بقدونس وملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن للدرجة 180 مئوية ثم نفرك أفخاذ الدجاج بالزبدة ونضعها في صينية وندخلها إلى الفرن لتتحمّر وتنضج.

2- نقشّر الهليون بالمقشرة ونسلقه في ماء مملح بصورة عمودية ثم نفصل الرأس عن الحبّة.

3- ننقع الفطر المجفّف نصف ساعة ليصبح طريًّا، ثم نقلّيه في مقلاة من الزيت على نار قوية، ونضيف الهليون إلى المقلاة ثم نخفّف النار ونتابع القلي لمدة 5 دقائق إضافيّة.

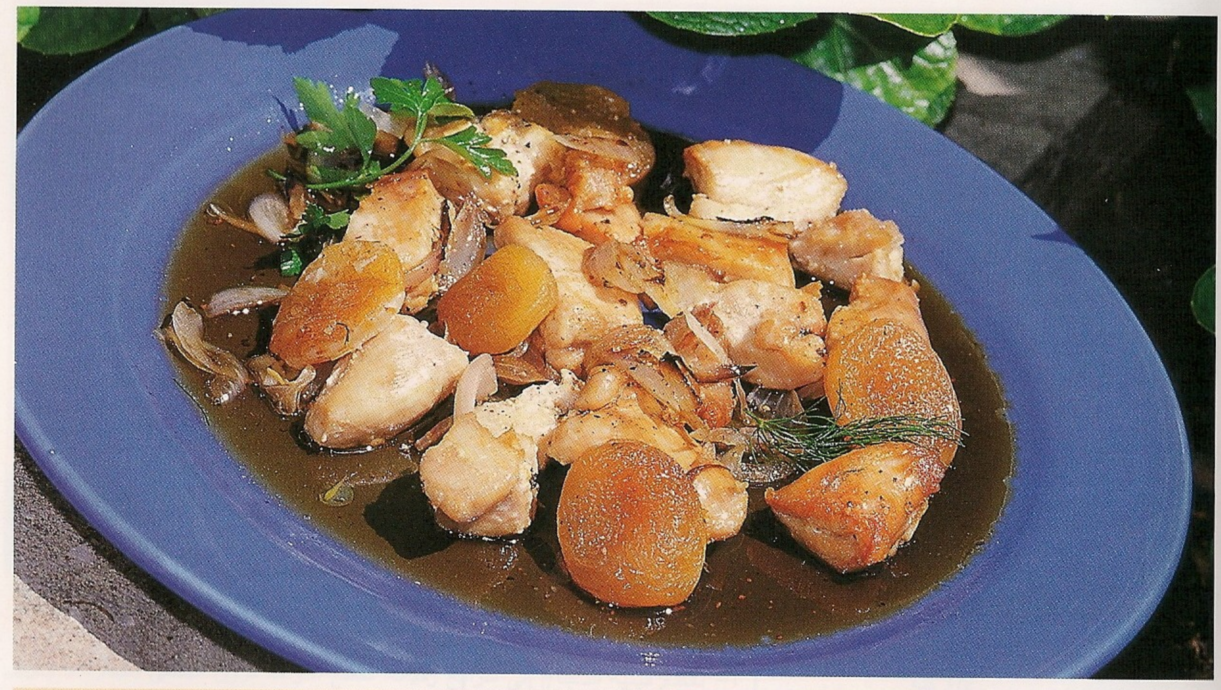
4- نخرج الدجاج من الفرن ونغلّفه بورق الألومنيوم ليبقى ساخنًا.

5- نسكب المرق ونحرّك جيّدًا لإزالة الزفرة. نعيد الدجاج من دون ورقة الألومنيوم إلى الصينية وندخله إلى الفرن لمدة 5 دقائق.

6- نسكب الفطر مع الهليون في طبق التقديم ونضيف إليه الدجاج ونوزع ما تبقى من الصلصة فوق الطبق ونقدّمه. يمكن تزيين الطبق بالبقدونس والبندورة الكرزيّة.

طاجن الدجاج بالمشمش المجفّف

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 15 دقيقة ■ مدة الطهو: 30 دقيقة



المكوّنات	المقادير
صدر دجاج مقطّع مكعّبات	4 قطع
مشمش مجفّف	200 غ
ليمون حامض	1/2 حبّة
بصل	حبّتان
زيت الفول السوداني	4 ملاعق كبيرة
زنجبيل بودرة	1/2 ملعقة صغيرة
قرفة مطحونة	1/2 ملعقة صغيرة
كزبرة	4 عروق
مرق الدجاج	كوب واحد
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- ننقع المشمش المجفّف في الماء الفاتر لكي يصبح طريًّا.

2- نحمّر قطع الدجاج المبهّرة والمملّحة مع البصل المفروم في قدر من الزيت، ثم نضيف القرفة والزنجبيل ونحرك دقيقة واحدة.

3- نضيف المشمش المصفّى والحامض المقطّع شرائح رفيعة، والكزبرة المفرومة والمرق إلى الدجاج المحمّر ثم نغطّي القدر ونتركها لمدة 15 دقيقة على النار.

4- نرفع الغطاء ونتابع الطهو 5 دقائق إضافية حتى يتبخّر السائل بالكامل.

5- نضع الدجاج والمشمش في طبق التقديم ونقدّمه ساخنًا.

لفائف الدجاج المحشوة

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 35 دقيقة ▪ مدة الطهو: 30 دقيقة



المكوّنات	المقادير
أنصاف صدر الدجاج	500 غ من دون الجلدة
فطر طازج مقطّع شرائح	كوب ونصف
مرق دجاج	4 أكواب
جزر مبشور	ملعقتان كبيرتان
نشاء الذرة	ملعقة كبيرة
حليب قليل الدسم	1/4 كوب
زعتر	1/2 ملعقة صغيرة
بندورة مفرومة	حبة مقشرة
بصل أخضر مقطّع	ملعقتان كبيرتان
عصير حامض	ملعقة كبيرة ونصف
كرفس	ملعقتان كبيرتان

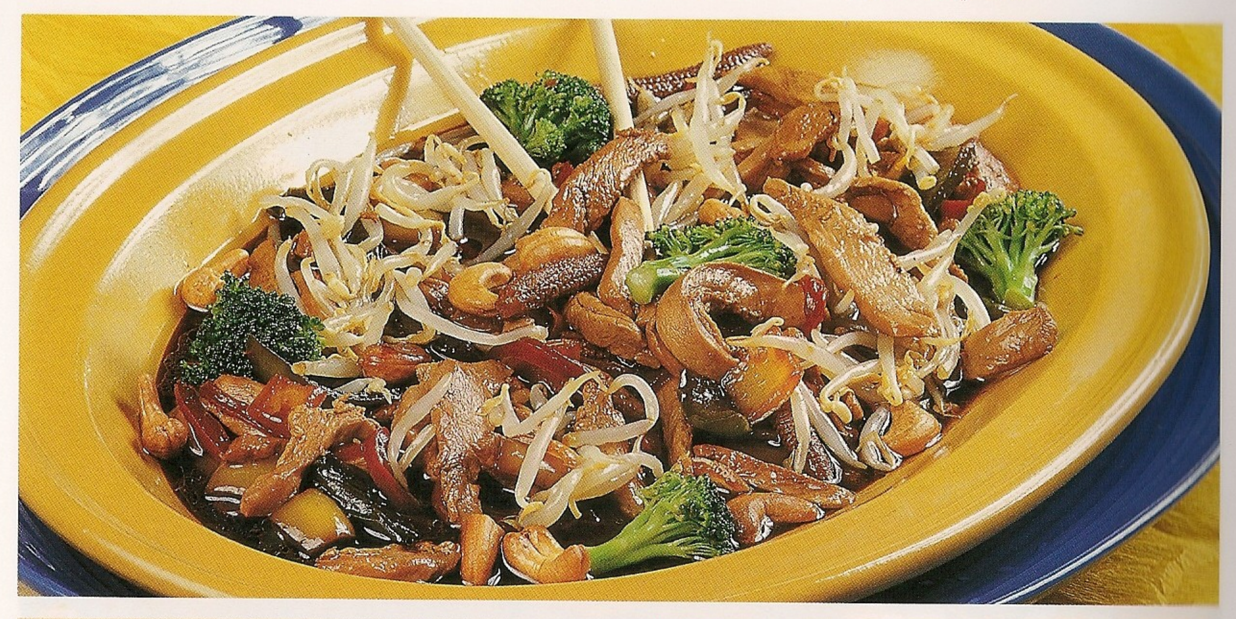
طريقة التحضير

1- نسلق الخضر لمدة 5 دقائق في الماء المغلي. نصفّيها ونضيف اليها البندورة ومقدار ملعقة ونصف من عصير الحامض ونصف كمية الزعتر وقليلاً من البهار. نضع قطعة دجاج بين ورقتين من البلاستيك وندقّها لتصبح سماكتها 1/2 سم. نملّح ونبهّر ثم نحشوها بالخضر. نطبق أطرافها ونلفها ونقفلها بعودٍ خشبيّ.

2- نضع مقلاة من الزيت على النار. نضيف لفائف الدجاج ونقلبها 8 إلى 10 دقائق حتى تتحمّر من كافة الجهات. نضيف ما تبقّى من عصير الحامض والزعتر ومرق الدجاج. عندما يغلي المزيج نخفف النار ونغطي المقلاة ونتركها 15 دقيقة. نرفع المكوّنات من المقلاة ونحفظها ساخنة. نصفّي المرق ونعيده إلى المقلاة. نمزج الحليب والنشاء ونضيفه إلى المقلاة. نغلي المزيج مع التحريك المستمر. نزيل العيدان الخشبية من لفائف الدجاج ونقدمها مع الصلصة. يُقدَّم هذا الطبق مع معكرونة التالياتيلي.

دجاج مقلي مع الخضر الصغيرة وجوز الكاجو

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: 15 دقيقة



المكوّنات	المقادير
فيليه دجاج	1/2 كلغ
براعم الصويا	3/4 الكوب
قرون بسلّى خضراء	3/4 الكوب
بروكولي	بضعة زهيرات
أكواز ذرة صغيرة	1/2 كوب
فليفلة حمراء	1/2 حبة
جوز الكاجو	3 ملاعق كبيرة
ثوم	حص واحد
زنجبيل طازج	قطعة 2 سم
عصير حامض	3 ملاعق كبيرة
صلصة صويا وزيت	ملعقتان كبيرتان من كل صنف

طريقة التحضير

1- نقطّع فيليه الدجاج إلى شرائح رفيعة. نقطع أطراف قرون البسلّى (البازلاء) ونزيل عروقها. نقطّع البروكولي وعرانيس (أكواز) الذرة، نفرم الثوم ونقشر الزنجبيل ونبشره. نمزج عصير الحامض وصلصة الصويا.

2- نحمي الزيت في مقلاة ونقلي الثوم والزنجبيل 20 ثانية مع التحريك المستمر. نضيف الدجاج ونحرّكه على النار حتى يصبح أبيض اللون. نحفظه جانبًا.

3- نقلي نبتات (براعم) الصويا والفليفلة وقرون البسلّى وأكواز الذرة والبروكولي مع التحريك المستمر لمدة 3 إلى 4 دقائق.

4- نرش على الخضر مزيج عصير الحامض وصلصة الصويا ونعيد الدجاج الى المقلاة ونترك هذه المكوّنات على النار لمدة 2 إلى 3 دقائق ثم نضيف جوز الكاجو.

دجاج بالدرّاق وصلصة الخل

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: 45 دقيقة



المكوّنات	المقادير
أفخاذ دجاج	4 أفخاذ
كمبوت درّاق	8 قطع
بصل صغير	4 حبّات
كريما سائلة	كوب واحد
خل بلسمي أو عادي	ملعقة كبيرة
زيت زيتون	ملعقة كبيرة
أرز أبيض وأسود	125 غ (أسود اختياري)
بقدونس للزينة	حسب الرغبة
زبدة	3 ملاعق كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّر أفخاذ الدجاج في قدر مع الزيت ومقدار ملعقة كبيرة من الزبدة ثم نصفّيها ونتركها جانباً، ونقلي البصل المفروم في القدر نفسه حتى يذبل.

2- نعيد وضع الأفخاذ المحمّرة في القدر ونبهّرها ونملّحها ثم نغطّيها ونتركها لمدة 30 دقيقة على نار خفيفة ونقلّبها باستمرار.

3- نسلق صنفي الأرز، ثم نصفّيهما ونضيف إليهما بقية الزبدة ونبهّر ونملّح.

4- نضيف كمبوت الدراق المصفّى إلى الدجاج قبل الانتهاء من الطهو بعشر دقائق، ثم نرفع القدر عن النار ونستخرج منها قطع الدجاج والدراق ونحفظها ساخنة.

5- نعيد وضع القدر على نار قوية ونسكب الخل البلسمي ونتركه يغلي دقيقة واحدة، ثم نضيف الكريما ونحرّك جيداً لنحصل على صلصة متجانسة.

6- نوزع الصلصة على أطباق التقديم ونضيف أفخاذ الدجاج والدراق ثم نضيف الأرز ونزيّن الطبق بالبقدونس ونقدّمه ساخناً مع ما تبقى من الصلصة.

دجاج بالصلصة الحرّة

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• صدور دجاج (مسحبّة ومن دون الجلد)	4 صدور
• فطر طازج مقطّع شرائح	كوب ونصف
• بصل أخضر مفروم	ملعقتان كبيرتان
• ماء	ملعقتان كبيرتان
• ملح	1/4 ملعقة صغيرة
• صلصة حرة	1/4 كوب

طريقة التحضير

1- نقطّع صدور الدجاج أنصافًا ونغسلها.

2- نضع قطع الدجاج بين ورقتين من النايلون وندقّها بواسطة مطرقة اللحم من الجهة الناعمة كي لا يتمزق اللحم.

3- ندهن مقلاة كبيرة بقليل من الزيت ونحميّها على نار متوسطة.

4- نضيف قطع الدجاج ونقلبها لمدة 4 إلى 6 دقائق حتى يتغيّر لونها وتحمر من كافة الجهات. نرفعها من المقلاة ونحفظها ساخنة.

5- نضيف الفطر والبصل الأخضر والماء والملح الى المقلاة ونطهو هذه المكوّنات على نار متوسطة لمدة 3 دقائق أو حتى ينضج الفطر ويتبخَّر الماء. نضيف الصلصة الحرّيفة. نقدم الدجاج مغطى بالخضر والصلصة الحرة.

عصافير مطفّاية بدبس الرمان

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 30 دقيقة
- مدة الطهو: 20 دقيقة



المكوّنات	المقادير
عصافير	16 عصفورًا
سمن	3 ملاعق كبيرة
دبس رمان	1/2 كوب
بهار أسود ناعم حلو	رشة
قرفة ناعمة	رشة
ملح	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- ننظف العصافير وننتف ريشها، ثم نقطع مخالبها ومناقيرها ونستخرج أمعاءها ونغسلها.

2- نفرك العصافير بالملح والبهار والقرفة.

3- نقليها بالسمن لتنضج جيدًا، ثم نطفئها بدبس الرمان، ونقدّمها ساخنة.

ملاحظة: من الطرق الأخرى لتحضير وتقديم العصافير، شويها على الفحم. ولنجاح هذه الطريقة ينبغي عدم ترك العصافير فترة طويلة على الفحم وإلاّ نشفت وخسرت خواصها. ويبقى استعمال دبس الرمان أمراً اختياراً، وهو لا يزال ليومنا هذا عنصرًا أساسياً لبعض الوصفات وحتى بعض اليخنات، وكان سابقاً يحلّ مكان الحامض الذي لم يكن يتوفر دائمًا. وهناك من لا يزال يستعمله حتى اليوم مع التبولة عوضًا عن الحامض.

دجاج محمّر مع الأرضي شوكي والجبنة

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 20 دقيقة
- مدة الطهو: ساعة



المكوّنات	المقادير
فرّوج	1 كلغ ونصف
ثوم	8 حصوص
بصل وحامض	حبة من كل صنف
غار	ورقة واحدة
بندورة	حبتان
زيتون أسود	20 حبة
كعوب الأرضي شوكي	6 حبات
زيت زيتون	ملعقة كبيرة
جبنة بيضاء مرهميّة	600 غ
زعتر أخضر	بضعة عروق
زبدة	ملعقتان كبيرتان
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمي الفرن للدرجة 210 مئوية. نملح الفروج من الداخل ومن الخارج ونبهّره ثم نحشوه بالجبنة المرهميّة والزعتر والغار. نكتف الفروج ونربطه بخيط. ثم نضعه في صينية وندهنه بملعقة كبيرة من الزبدة، وندخله إلى الفرن ونحمّره.

2- نقطّع البصل إلى جوانح ونقشر الثوم ونترك الحصوص كاملة. نقطّع البندورة إلى مكعّبات بعد إزالة بذرها. نغسل الحامضة ونقطعها دوائر.

3- نحمي الزيت في قدر مع بقية الزبدة ونقلب فيها الثوم والبصل لمدة 3 دقائق ثم نضيف الأرضي شوكي والبندورة. نملح ونبهر ونترك المكونات على النار لمدة 10 دقائق تقريبًا.

4- نخرج الفروج من الفرن ونضعه في القدر. نضيف الزيتون ودوائر الحامض ونرش عليها مرق الفروج، ثم نغطي القدر وندخلها إلى الفرن لمدة 30 دقيقة.

5- نقدم الفروج في طبق واسع ونحيطه بالأرضي شوكي وبقية المكونات.

فيليه حبش بالخضر والفليفلة الحرّة

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 35 دقيقة



المكوّنات

المكوّنات	المقادير
فيليه حبش	1/2 كلغ
قنّبيط (قرنبيط)	5 زهيرات
كراث	حبة صغيرة
جزر	حبتان
فلفل أحمر حرّ	حبة واحدة
كزبرة	نصف باقة
زيت	3 ملاعق كبيرة
سكر	ملعقة صغيرة
زنجبيل طازج مبشور	ملعقة صغيرة
صلصة صويا	ملعقة كبيرة
حرّ مجفّف ومطحون	1/2 ملعقة صغيرة
عصير حامضة	حبّة واحدة
ملح	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نغسل زهيرات القنّبيط ونسلقها في الماء المملح لمدة 7 إلى 8 دقائق فقط ثم نصفّيها.

2- نغسل الكراث ونقطّعه إلى دوائر. نقشّر الجزر ونقطعه على شكل عيدان رفيعة. نغسل الفلفل الحرّ ونفرمه فرمًا ناعمًا. نقطع فيليه الحبش إلى مكعبات صغيرة، ثم نحمّي الزيت في قدر ونقلّب فيه قطع الحبش على نار متوسطة ولمدة 10 دقائق مع التحريك المستمر.

3- نضيف الجزر وبعد 5 دقائق نضيف الكراث والقنّبيط والحر المفروم والزنجبيل.

4- نضيف السكر والملح ونخلط برفق. نترك القدر على النار لمدة 5 دقائق إضافية.

5- نسكب المكوّنات في طبق التقديم ونحفظه في مكانٍ دافئٍ.

6- في القدر، نمزج 1/2 كوب من الماء مع عصير الحامضة وصلصة الصويا ونغلي المزيج لبضع دقائق.

7- نوزع الحر وأوراق الكزبرة على الطبق ونرش عليه الصلصة ونقدمه فورًا. يمكن أن تعقد الصلصة بقليل من الطحين.

دجاج على الطريقة الآسيوية

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: ساعة ▪ مدة الطهو: 40 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• فرّوج	1200 غ
• سمن	ملعقتان كبيرتان
• لبن	3 أكواب
• زنجبيل مبروش	ملعقة كبيرة ونصف
• ثوم	حصّ واحد
• حليب جوز الهند بودرة	ملعقة كبيرة
• حرّ احمر بودرة (اختياري)	رشة
• ملح	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نغسل الفرّوج ونقطّعه إلى 4 قطع.

2- نمزج اللبن مع الملح والزنجبيل والثوم المدقوق وحليب جوز الهند وننقع الدجاج في المزيج 5 ساعات على الأقل في البراد.

3- نذوّب السمن على النار، ثم نصفّي الدجاج ونحمّره في السمن.

4- يقدّم هذا الطبق مع الأرز البسمتي المجهز مع الفليفلة المتعددة الألوان والمقطّعة إلى شرائح صغيرة. ومن الخضر التي يمكن أن ترافق هذا الطبق، يخنة الخضر بالكاري: نقطع الكوسى والباذنجان والفليفلة والبطاطا إلى مكعبات متوسطة ومتشابهة الحجم. نقلي البصل المقطّع إلى جوانح في القليل من زيت الزيتون مع بضعة حصوص ثوم. بعد بضعة دقائق نضيف مكعّبات الخضر المجهزة ونقلب جميع المكوّنات مع بعضها البعض وعندما تستوي نصف استواء، نوزع القليل من الكاري عليها، نحركها ثم نقدمها.

دجاج بالنعناع

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 45 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• دجاج مقطّع إلى 8 قطع	1450 غ
• بطاطا كويزات وجزر	كوب من كل صنف
• زيت نباتي	ملعقتان كبيرتان
• بصل مقطع جوانح	ملعقتان كبيرتان
• طحين	1/2 كوب
• ثوم مدقوق	ملعقة صغيرة
• مرق عظام الدجاج مكثف	6 أكواب
• عسل	3 ملاعق كبيرة
• عصير حامض	ملعقتان كبيرتان
• نعناع يابس	ملعقتان كبيرتان
• ملح	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقطع الجزر على شكل أصابع صغيرة، وبمساعدة النوازيت (Noisette) نصنع كريات من البطاطا ونضعها في الماء حتى يحين وقت استعمالها.

2- نضع الزيت في طنجرة على النار، وعندما يحمى نضيف إليه البصل ثم الثوم وقطع الدجاج ثم الجزر وبعد بضع دقائق نغلّف المكونات بالطحين.

3- نغمر المكونات بالمرق وعندما يصل إلى درجة الغليان نتركه حتى ينخفض مستواه إلى النصف، فنضيف العسل والنعناع اليابس وكريات البطاطا.

4- نترك المواد على النار لبضع دقائق ثم نضيف عصير الحامض عند آخر غلوة على النار ونقدّم الطبق مباشرة.

دجاج بصلصة الحامض

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة



المكوّنات	المقادير
صدر دجاج مقطّع	4 قطع صغيرة الحجم
حامض أخضر	حبّة واحدة
خلّ تفاح	3/4 كوب
نشاء ذرة	ملعقتان صغيرتان
مرق الدجاج	4 أكواب
أرز مسلوق وساخن	كوبان

طريقة التحضير

1- نقطع صدور الدجاج أنصافاً ونغسلها ونجففّها.

2- ندهن مقلاة واسعة بقليل من الزيت ونحميها على نار متوسطة.

3- نضيف الدجاج ونقلبه 8 إلى 10 دقائق حتى ينضج ويزهر لونه. نرفعه من المقلاة ونحفظه ساخناً.

4- في هذه الأثناء، يمكن استخراج القليل من قشر الحامض وتقطيعه إلى شرائح رفيعة. نعصر الحامض للحصول على ملعقة كبيرة من العصير.

5- لتحضير الصلصة، نمزج عصير الحامض وخل التفاح ونشاء الذرة ومرق الدجاج. نحرك على نار خفيفة لمدة دقيقتين حتى يشتدّ المزيج تحت تأثير حماوة النار ونشاء الذرة.

6- نقطّع الدجاج إلى شرائح ونوزّعها على أطباق التقديم فوق الأرز الساخن ونرش عليها الصلصة .

7- تُزيَّن الأطباق بقشر الحامض. نصفّي ما تبقّى من الصلصة ونقدّمها إلى جانب الدجاج.

فخذ دجاج محشو بالخضر

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 30 دقيقة



المكوّنات

المكوّنات	المقادير
• أفخاذ دجاج	4 أفخاذ
• صدور دجاج مسحب	صدران
• جزر	حبّتان
• بسلّى (بازلاء) مسلوقة	3 ملاعق كبيرة
• ملح وبهار أبيض	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نسحب القسم الأسفل من أفخاذ الدجاج وندقّها قليلاً بالمطرقة الخشبية ثم نطحن صدور الدجاج بواسطة آلة الطحن الكهربائية ونملّحها ونبهّرها.

2- نقشّر الجزر ونقطّعه قطعًا صغيرة ثم نسلقه ونضعه في ماء بارد يحتوي على مكعبات ثلج وذلك لحفظ فيتاميناته ولونه.

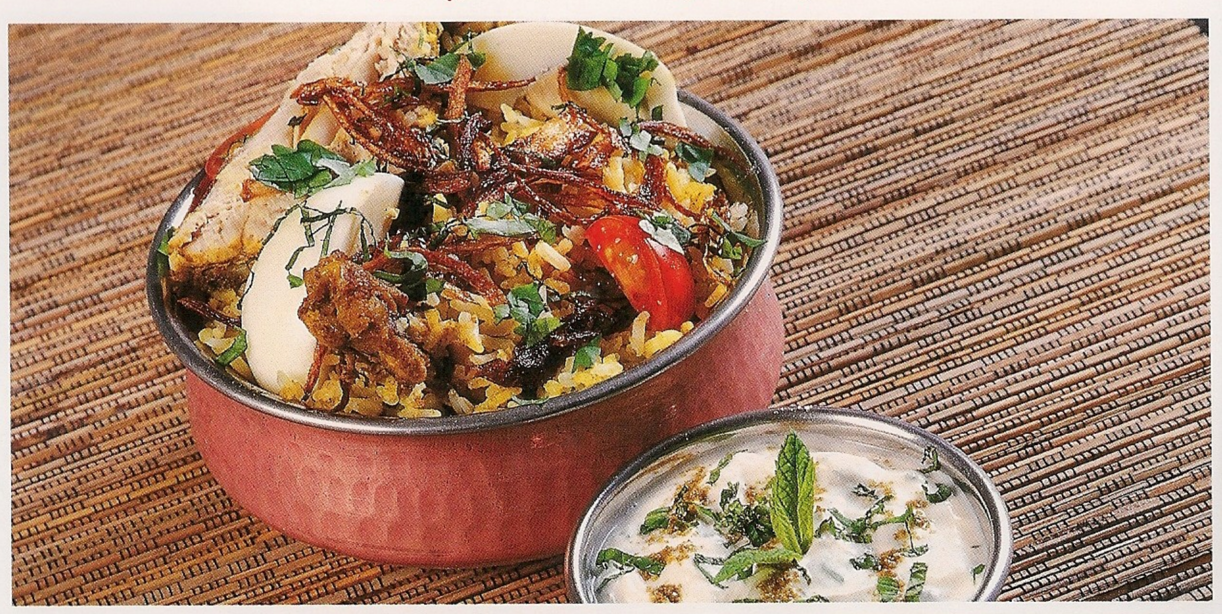
3- نمزج الصدور المفرومة مع الجزر ونصف كمية البسلّى ونحشو بها أفخاذ الدجاج ثم نلفّها بورق الألومنيوم وندخلها إلى الفرن المحمّى لمدة 30 دقيقة حتى تنضج.

4- يقدّم الطبق وإلى جانبه البطاطا بوريه والخضر المشكلة المنسّفة بالزبدة.

5- من أطيب وصفات البطاطا بوريه، هي أن تسلق بقشرها حتى تستوي تماماً ثم ترفع وتقشر ويهرس اللب مع القليل من الزبدة والكريما (أو الحليب) والملح وتقدم.

برياني بالدجاج

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 25 دقيقة



المكوّنات	المقادير
صدور الدجاج	4 صدور
بصل شرائح	4 حبّات متوسّطة
لبن	3 أكواب
بندورة	حبّتان
بيض مسلوق	بيضتان
ورق غار	ورقتان
زنجبيل مقشّر ومبشور	ملعقة كبيرة
حبّ الهال	6 حبّات
ثوم مدقوق	ملعقتان كبيرتان
بهار حرّيف	ملعقة صغيرة
كركم بودرة	1/2 ملعقة صغيرة
كزبرة مطحونة	1/2 ملعقة صغيرة
زيت نباتي	4 ملاعق كبيرة
ملح	3 ملاعق صغيرة
أرز بسمتي	كوب واحد

طريقة التحضير

1- نقطع الدجاج إلى مكعّبات، وننقعه قبل ليلة مع نصف كمية اللبن.

2- في اليوم التالي، نقلي البصل في الزيت مع الثوم والزنجبيل في مقلاة على النار. وعندما يذبل البصل ويميل إلى الإشقرار نضيف الدجاج المنقوع إلى المقلاة ونتركه على النار لمدة 25 دقيقة.

3- عندما يتحمّر الدجاج، نضيف إليه البندورة المفرومة والمواد المعطّرة ونقدّمه مزيّناً بالبيض المسلوق وأوراق الكزبرة مع الأرز البسمتي.

4- نخلط ما تبقّى من اللبن مع الكزبرة المطحونة ونقدّمه إلى جانب البرياني.

دجاج أبلما

■ الكمية: 4 - 8 حصص ■ مدة التحضير: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
• دجاج (مقطع إلى 4 أو 8 قطع)	1450 غ
• كويزات بصل	12 بصلة
• فطر حب	كوب واحد
• طحين أبيض	كوب واحد
• زيت نباتي	3 ملاعق كبيرة
• مرق عظام الدجاج	4 أكواب
• عصير حامض طبيعي	1/4 كوب
• بقدونس مفروم	ملعقة كبيرة.

طريقة التحضير

1- نضع الزيت في طنجرة على النار حتى يحمى، نضيف إليه كويزات البصل، نحرك حتى تشقر قليلاً، ثم نضيف قطع الدجاج ونغطي الطنجرة.

2- بعد مرور عشر دقائق، نضيف الفطر، ثم نرش الطحين على جميع المواد، ونحرك جيداً حتى يمتص الطحين كل الخواص، وبالتالي يغلّف المواد.

3- تبدأ المواد، بعد إضافة الطحين، بالالتصاق في القعر، فنضيف إليها عصير الحامض الطبيعي، ونكون طبقنا مبدأ الديغلاساج (تذويب الجليد) (déglaçage)، مما يعزّز من نكهة الوصفة.

4- نحرك سريعاً، ثم نضيف مرق العظام، الذي سيشتدّ تحت تأثير الطحين الموجود في الوصفة، وهكذا نحصل على صلصة الأبلما.

5- تقدم هذه الوصفة مع الأرز الأبيض، ويزين سطحها بالبقدونس المفروم.

دجاج بالأعشاب والحامض

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 25 دقيقة
- مدة الطهو: 55 دقيقة



المكوّنات	المقادير
فرّوج مقطّع	8 قطع
ليمون حامض	4 حبّات
بصل	3 حبّات
ثوم	4 حصوص
زعتر أخضر	4 عروق
زيتون أسود	20 حبّة
خردل	ملعقة صغيرة
زيت	4 ملاعق كبيرة
سكر	1/2 ملعقة صغيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّر قطع الدجاج لمدة 10 دقائق في الزيت من كافة الجهات، ثم نقشّر البصل ونفرمه ونغسل حامضة واحدة ونبشرها ثم نقطّعها شرائح رفيعة. ونقطّع حامضتين أخريين أرباعًا. أما الحامضة الأخيرة فنعصرها.

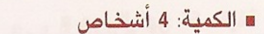
2- نذوّب الخردل في عصير الحامض ثم نغسل عروق الزعتر ونورّقها ونقشّر حصوص الثوم.

3- نرفع الدجاج من الزيت ونقلي فيه البصل وحصوص الثوم ثم نضيف أرباع الحامض وبرشه والزيتون والزعتر. نعيد الدجاج إلى المقلاة ثم نضيف السكر ونملّح ونبهّر.

4- نضيف عصير الحامض مع الخردل وكوب من الماء إلى المقلاة ونترك الجميع على النار لمدة 35 دقيقة من دون تغطية المقلاة. بعد ذلك نقدّم الطبق ساخنًا مترافقًا مع الأرز على أنواعه أو البطاطا المطهوة على البخار.

أفخاذ دجاج مطفّاية بالحامض والثوم

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 40 دقيقة



المكوّنات	المقادير
أفخاذ الدجاج	4 أفخاذ
ليمون حامض	حبّتان
ثوم	رأسان
زعتر أخضر	4 عروق
زيت زيتون	6 ملاعق كبيرة
ملح وبهار مطحون	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نضع أفخاذ الدجاج في طبق عميق ثم نسقيها بعصير حامضة واحدة وزيت الزيتون ونبهّرها ونملّحها ونغطّيها ونتركها تنتقع لمدة ساعتين في البرّاد.

2- نفرّق حصوص الثوم عن بعضها ونسلقها لمدة 15 دقيقة في الماء المغلي والمملح ثم نصفّيها.

3- نقطّع حبة الحامض الثانية إلى دوائر رفيعة.

4- نحمّي الفرن للدرجة 210 مئوية ونضع الأفخاذ في صينيّة فرن مترافقةً مع حصوص الثوم حولها.

5- نضيف شرائح الحامض والزعتر إلى الدجاج ثم نصب فوقه القليل من سائل النقع وندخل الطبق إلى الفرن مدّة 40 دقيقة.

6- نترك الطبق 5 دقائق في الفرن بعد إطفاء النار ثم نقدّمه مترافقاً مع الكوسى المبشورة المطهوة على البخار.

صدور الدجاج بالبرتقال والزيتون

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 35 دقيقة



المكوّنات

المكوّنات	المقادير
صدور الدجاج	4 قطع
برتقال	حبّة واحدة
كرفس	عرقان
جزر	4 حبّات
بندورة	حبّتان
زيتون أسود	1/4 كوب
باقة أعشاب معطّرة	باقة متنوّعة
خلّ أبيض	1/2 كوب
زيت زيتون	4 ملاعق كبيرة
ملح وبهار مطحون	حسب الرغبة

طريقة التحضير

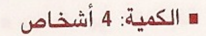
1- نبشر البرتقال ثم نفرمه فرمًا ناعمًا، ونسلقه لمدة دقيقة واحدة في الماء المغلي والمملح. نعصر لبّ البرتقال، ثم نغلي الخل في قدر صغيرة.

2- نقشّر الكرفس ونفرمه، ثم نبشر الجزر ونقطّعه قطعًا صغيرة. نقشّر البندورة ونزيل بذورها، ثم نقطّع اللب إلى مكعّبات صغيرة.

3- نحمّي الزيت على نار قوية، ونحمّر فيه صدور الدجاج من الجهتين ثم نضعها جانباً. بعد ذلك نضع الخضر في قدر ونتركها على النار حتى تذبل ثم نبهّرها ونملّحها ونضيف إليها الخل وعصير البرتقال. ونعيد وضع صدور الدجاج وبشر الليمون والباقة المعطّرة.

4- نغطي القدر ونتركها لمدة 20 دقيقة على نار خفيفة، ثم نقلّب صدور الدجاج ونضيف إليها الزيتون المفقّى ونتابع الطهو لمدة 15 دقيقة إضافيّة. يقدّم الدجاج مع الخضر التي يمكننا أن نمزجها مع سميد الكوسكوسي أو القمح.

صدر دجاج محشو بالأعشاب



■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 30 دقيقة ■ مدة الطهو: 20 دقيقة

المكونات	المقادير
صدور الدجاج	4 صدور
ثوم	حصٌ واحد
أعشاب طازجة	باقة (بقدونس، شبث، ثوم قصبيّ...)
نقانق حبش	100 غ
صلصة صويا	3 ملاعق كبيرة
صفار بيض	بيضة واحدة
خلّ أبيض	1/2 كوب
زيت زيتون	3 ملاعق كبيرة
كوسى	1/2 كلغ
عسل	ملعقتان كبيرتان
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نغسل الأعشاب ونعصرها جيداً ثم نفرمها فرماً ناعماً. نقشّر الثوم وندقّه، ثم نفرم النقانق ونمزجها مع الأعشاب، والثوم المدقوق وصفار البيض. نبهّر ونملّح.

2- نشقّ كلّ صدر دجاج في الوسط بدون أن نفصل القسمين، ثم نحشو كل صدر بالأعشاب ونلفه ونربطه. نحمّي الزيت على النار ونحمّر فيه صدور الدجاج من كافة الجهات، ثم نرفع الصدور من المقلاة ونحفظها جانباً.

3- نذوّب العسل في الخل الأبيض الفاتر، ثم نضيف إليه صلصة الصويا، ونضع المزيج في المقلاة ونتركه يغلي لمدة 5 دقائق. نعيد صدور الدجاج إلى المقلاة، ثم نغطيها ونتركها 15 دقيقة على النار. نغسل الكوسى ونجففها، ثم نبشرها بواسطة مقشرة الخضر ونسلقها 5 دقائق على البخار لتبقى مقرمشة. نقدّم صدور الدجاج المحشوة مع الكوسى ونسقيها بالمرق، ونزيّنها إذا رغبنا بالأعشاب الطازجة.

دجاج تاندوري

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة الطهو: 54 دقيقة



المكوّنات	المقادير
زيت نباتي	ملعقتان كبيرتان
حب الهال	ملعقة صغيرة
حليب جوز الهند	كوبان
جوزة الطيب	ملعقة صغيرة
دجاج مقطّع إلى 8 قطع	1450 غ
كمّون	ملعقة كبيرة
زنجبيل مقشر ومبشور	ملعقتان كبيرتان
بابريكا	ملعقة كبيرة
كبش القرنفل	ملعقة كبيرة
زبيب مجفّف	1/2 كوب
ربّ البندورة	ملعقتان كبيرتان
موز مجفّف	1/2 كوب
فليفلة حرّة مفرومة	ملعقتان كبيرتان
بصل كويزات	كوب واحد

طريقة التحضير

1- تضاف جميع البهارات المذكورة التي تتألف منها الغارام ماسالا (Garam Masala)، وهي خلطة بهارات تستعمل تقريبًا في أكثرية الأطباق الهندية.

2- تخلط المواد جيدًا حتى تتوزع البهارات على كل قطع بالتساوي، ثم يضاف حليب جوز الهند. نغطي الجاط ونضعه في البراد طوال الليل.

3- في اليوم التالي يحمّى الزيت في طنجرة على النار، وتوضع فيه قطع الدجاج المستخرجة من النقيع وكويزات البصل والفليفلة الحرة وعندما تبدأ قطع الدجاج بالإحمرار نرش عليها البابريكا حتى تغلّفها كلها، ومن ثم نغمرها بالنقيع، ونضيف ربّ البندورة ثم الزبيب والموز. ونقدمها مع الخبز الهندي والأرز البسمتي على أصنافه.

حبش محمّر بالحامض

■ الكمية: 8 أشخاص ■ مدة التحضير: ساعة واحدة ■ مدة الطهو: ساعة واحدة



المكونّات	المقادير
• حبش مقطّع	2250 غ
• بصل	3 حبّات
• جزر	حبّتان
• ليمون حامض	حبّتان
• ثوم	3 حصوص
• خلّ أبيض	3/4 كوب
• زبدة	ملعقة كبيرة
• زيت	3 ملاعق كبيرة
• غار	ورقة واحدة
• زعتر أخضر	عرق واحد
• كزبرة حبّ	ملعقة كبيرة
• فلفل حرّ	قرن واحد

طريقة التحضير

1- نقشّر البصل ونفرمه، ثم نبشر الجزر ونقطّعه إلى مكعبات. نقشّر الثوم وندقّه، ثم نبشر الحامضتين ونقطّعهما ونضعهما لمدة دقيقتين في الماء المغلي ثم نعصرهما.

2- نقلي قطع الحبش في مقلاة مع الزبدة والزيت، ثم نحفظها ساخنة.

3- نقلي الخضر في مقلاة أخرى ونتركها حتى تذبل، وبعد 5 دقائق نضع قطع الحبش وبرش الليمون الحامض والزعتر والغار والكزبرة الحبّ والفلفل. نبهّر ونملّح ونضيف عصير الحامض والخل الأبيض، ونترك المقلاة على نار خفيفة لمدة ساعة واحدة حتى ينضج الحبش والخضر بالكامل.

4- يقدّم الطبق مترافقاً مع أصابع البطاطا بوريه المقلية.

دجاج بالقريدس

- الكمية: 6 أشخاص
- مدة التحضير: 45 دقيقة
- مدة الطهو: ساعتان ونصف



المكوّنات	المقادير
فرّوج	1200 غ
قريدس	1 كلغ
بصل عادي وجزر	حبّتان من كل صنف
بصل سلموني	حبّتان
كرفس	100 غ
كريما سائلة	كوبان
زبدة	3 ملاعق كبيرة
خلّ	كوب ونصف
ملح وبهار	حسب الرغبة
باقة أعشاب معطّرة	باقة واحدة
زيت نباتي	ملعقتان كبيرتان

طريقة التحضير

1- نقطّع الفروج إلى 8 قطع ونحتفظ بالجوانح والعنق والهيكل العظمي للمرق. نقشّر نوعي البصل العادي والسلموني والجزر والكرفس، ثم نقطّعها مكعّبات.

2- نحمّر جوانح الدجاج وعنقه وهيكله في قدر مع ملعقة كبيرة من الزبدة، ثم نضيف إليها الخضر والباقة المعطّرة. نضيف الخل مع 6 أكواب من الماء ثم نبهّر ونملّح ونترك المزيج يغلي ساعة واحدة على نار خفيفة. نصفّي المرق المعطّر الناتج من الطهو.

3- نذوّب ملعقة من الزبدة في الزيت النباتي الساخن، ثم نحمّر فيهما قطع الدجاج من كافة الجهات. عندما يتحمّر الدجاج جيداً، نضيف إليه المرق المعطّر ونغطيه ونتركه يغلي ساعة على النار. نقلي القريدس 3 دقائق مع ما تبقى من الزبدة، ثم نصفّيه ونبهّره ونملّحه ونحفظه جانباً. نزيل قطع الدجاج من القدر ونضعها في طبق، ثم نضع الكريما في القدر ونترك المزيج على النار 10 دقائق حتى يشتدّ.

جوانح الدجاج بالسمسم

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 30 دقيقة



المكوّنات	المقادير
جوانح الدجاج	12 جانحاً
بيض	بيضة واحدة
سمسم	4 ملاعق كبيرة
ليمون حامض	حبّة واحدة
عسل	ملعقتان كبيرتان
خلّ التفّاح	كوب واحد
زيت دوّار الشمس	4 ملاعق كبيرة
تاباسكو	حسب الرغبة
ملح وبهار مطحون	حسب الرغبة

المكوّنات	المقادير
للزينة	
ملفوف أبيض	حبّة واحدة
خلّ	ملعقة كبيرة
تفّاح	حبّة واحدة
زيت زيتون	4 ملاعق كبيرة
بصل	حبّة واحدة

طريقة التحضير

1- نمزج عصير الحامض مع الزيت والعسل وخل التفاح في وعاء، ثم نضيف التاباسكو والملح والبهار. ننقع الجوانح في المزيج، ونحفظها 30 دقيقة في البراد. نغسل الملفوف ونعصره ثم نقطّعه شرائح رفيعة. نقشّر التفاح ونزيل بذوره ونقطّعه شرائح. نقشّر البصل ونفرمه فرمًا ناعمًا.

2- نمزج الزيت مع الخل، ثم نبهّر ونملّح. نضيف الملفوف والتفاح والبصل إلى الوعاء، ونخلط. نصفّي الجوانح ونضعها على الشواية وندخلها إلى فرن ساخن لمدة 20 دقيقة. نخفق البيضة حتى تأخذ شكل عجة. نترك الجوانح تبرد ثم نمزجها مع البيض ونغلّفها بالسمسم. نعيد الجوانح إلى الشواية ونرفع درجة حرارة الفرن إلى 240 درجة مئوية، ونشويها 10 دقائق ثم نقدّمها مع الملفوف المفروم والبصل.

أفخاذ الدجاج مع البقدونس والثوم

■ الكمية: 8 أشخاص ■ مدة التحضير: 30 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• أفخاذ الدجاج	16 فخذاً
• زيت زيتون	كوبان
• زبدة	4 ملاعق كبيرة
• ثوم مفروم ناعم	3 حصوص
• بقدونس طازج مفروم	ملعقتان كبيرتان
• عصير حامض	1/2 كوب

طريقة التحضير

1- نضع قدراً كبيرة على نار متوسطة، ثم نحمّي فيها نصف كمية الزيت ونصف كمية الزبدة.

2- نبهّر الأفخاذ ونملّحها، وعندما تظهر رغوة على الزبدة، نضع فيها الأفخاذ ونقلبها حتى تتحمّر قليلاً من كافة الجهات.

3- نغطّي القدر ونترك الأفخاذ من 20 إلى 25 دقيقة على النار ونقلّبها باستمرار.

4- نرفع الغطاء عن القدر، نصفي الوعاء من الدهون ونضع ما تبقى من زيت وزبدة ثم نضيف الثوم والبقدونس وعصير الحامض.

5- نرفع القدر عن النار ونترك الأفخاذ منقوعة في هذه الصلصة الساخنة قبل تقديمها.

6- تتلاءم هذه الوصفة جيداً مع الأرز الأبيض المفلفل وكلما تم الإكثار من عصير الحامض تم الحصول على كمية أكبر من الصلصة. وللتخفيف من نكهة الحامض القوية، وزيادة كمية الصلصة، يمكن استعمال القليل من مرق الدجاج.

معكرونة بالخضر وكبدة الدجاج

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 15 دقيقة ▪ مدة الطهو: 15 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• معكرونة عريضة (تالياتيلّي)	400 غ
• كبدة الدجاج	400 غ
• كرفس مفروم ناعمًا	عرق واحد
• كوسى	حبّة واحدة
• جزر	حبّة واحدة
• مرق الدجاج	كوب واحد
• خل	ملعقة كبيرة
• زبدة	ملعقة كبيرة
• حبق وملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- ننظّف كبدة الدجاج ونقطّعها مكعبات.

2- نقشّر الجزر والكوسى ونقطّعها إلى شرائح طويلة ورفيعة بواسطة مقشرة الخضر، وبعد ذلك نغسل الكرفس ونقطّعه.

3- نسلق المعكرونة، وقبل أن تنضج تماماً، نضيف إليها الجزر والكوسى ثم نصفّي الخلطة ونتركها على حدة.

4- نقلي الكبدة بالزبدة على نار قوية.

5- نضيف الكرفس والملح والبهار إلى الكبدة ونتابع القلي على نار خفيفة لمدة 5 دقائق مع التحريك المستمر.

6- نضيف الخل إلى المقلاة مع التحريك ثم نضيف المرق ونتابع الطهو لبضع دقائق ثم نضيف الكبدة مع خلطتها إلى التالياتيلّي ونقدّمها مباشرة مزيّنة بأوراق الحبق.

صدور الدجاج بالبندورة وجبنة الماعز

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 40 دقيقة



المكوّنات	المقادير
صدور الدجاج	4 صدور
جبنة ماعز	200 غ
بندورة مفرومة	8 حبّات
حبق طازج مفروم	ملعقة كبيرة
عصير ليمون حامض	نصف حامضة
بندورة كرزيّة مشويّة	8 حبّات
ملح وبهار	حسب الرغبة
زيت زيتون	1/2 كوب

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن للدرجة 180 مئوية، ثم نغلّف صينية الفرن بورق الألومنيوم وندهنها بالزيت.

2- للحصول على الحشوة، نهرس الجبنة في وعاء ثم نمزجها مع البندورة المفرومة والحبق والملح والبهار.

3- نشقّ كل صدر دجاجة بالنصف بواسطة سكّين حادة ونحشوه بالحشوة، ثم نضعه على صينية الفرن المغلّفة بالألومنيوم.

4- نرش عصير الحامض فوق صدور الدجاج ونضيف زيت الزيتون ونملّح ونبهّر.

5- ندخل الصينية إلى الفرن لمدة 30 دقيقة حتى ينضج الدجاج.

6- نترك صدور الدجاج ترتاح لمدة 5 دقائق ثم نقدّمها مع البندورة الكرزية المشوية.

أسياخ الحبش والدجاج بالعسل

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 25 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• صدور حبش ودجاج مسحَبة ومقطعة إلى مكعبات	1/2 كلغ
• قلوب أرضي شوكي (معلبة أو مثلّجة)	8 قلوب
• زيت زيتون وعسل	ملعقتان كبيرتان من كل صنف
• صلصة صويا	ملعقتان كبيرتان
• بقدونس مفروم خشناً	ملعقة كبيرة
• زبدة	ملعقة كبيرة
• جزر	3 حبّات مقشّرة
• كرّاث	حبة واحدة
• ملح وبهار ناعم	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نضع على النار قدراً مليئة بالماء ونتركها حتى تغلي، ثم نسلق فيها الأرضي شوكي مع الملح لمدة 10 دقائق تقريباً. نصفّيها ونتركها على حدة.

2- نملّح الحبش والدجاج ونبهّرهما، ثم نشكّهما بالتناوب في ثمانية أسياخ ونشكّ قلوب الأرضي شوكي في كلّ سيخ وندهن الأسياخ بالزيت.

3- نخلط صلصة الصويا والعسل والبقدونس في مقلاة ونسخّن المزيج على نار خفيفة. نشوي الأسياخ 10 دقائق ثم ندهنها بالمزيج الساخن خلال عملية الشواء.

4- نذوّب الزبدة في مقلاة، ثم نقطّع الكرّاث والجزر بالطول ونقلّبها بالزبدة حتى تذبل. نبهّر ونملّح ونقدمها مع أسياخ الحبش والدجاج.

دجاج مقلّى بعصير التفاح

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 50 دقيقة



المكوّنات	المقادير
صدور الدجاج	1 كلغ
جزر مقطّع دوائر	كوبان
زعتر	عرق واحد
بصل مقشّر ومفروم	4 حبّات
تفاح حصوص	تفّاحتان
ثوم مقشّر ومفروم	حصّان
عصير تفاح	لتر واحد
زيت	ملعقتان كبيرتان
طحين	ملعقة كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الزيت في مقلاة، ثم نذبّل فيه البصل ونضيف إليه الدجاج المقطع إلى مكعبات ونقليه من كافة الجهات. نرش القليل من الطحين فوق المقلاة، ونقلّب لمدة دقيقتين على نار قوية.

2- نرش عصير التفاح على المكوّنات، ثم نضيف الثوم والزعتر ونبهّر ونملّح. نترك المزيج على النار حتى الغليان، ثم نخفّف النار ونترك المقلاة لمدة 40 دقيقة من دون تغطيتها مع إضافة الجزر والتفاح بعد 10 دقائق على إدخال المقلاة إلى الفرن. نقدّم الدجاج المقلي بعصير التفاح ساخنًا ومترافقًا مع الأرز الأبيض.

صدور دجاج مع إكليل الجبل

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 25 إلى 35 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• صدور الدجاج	4 صدور
• حامض الحصرم	1/2 كوب
• زبيب	ملعقتان كبيرتان
• صنوبر بلدي	ملعقة كبيرة
• زبدة	ملعقتان كبيرتان
• إكليل الجبل	عرقان
• زيت زيتون	حسب الرغبة
• بهار أسود مطحون	حسب الرغبة

ملاحظة: يستخرج حامض الحصرم من حصرم العنب.

طريقة التحضير

1- نسخّن الزبيب وحامض الحصرم على النار ثم نبرّد المزيج ونصفّيه ونحفظه على حدة. نستخرج حبيبات إكليل الجبل من عروقها ونحفظها لاستعمالات أخرى. نضع العروق في وعاء مع 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون والقليل من البهار الأسود المطحون، ثم نضيف صدور الدجاج وننقعها لمدة ساعة على الأقل في البراد.

2- نضع صدور الدجاج في مقلاة كبيرة على نار متوسطة ونضيف الصنوبر مع زيت الزيتون ونتركها على نار متوسطة حتى تتحمّر ثم نبرّدها على ورق المطبخ.

3- نسخّن الزبدة في المقلاة حتى يميل لونها إلى الإشقرار، ثم نضيف إليها ملعقة كبيرة من الزيت لنمنع احتراقها. نضع الدجاج في المقلاة بحيث تكون جلدته إلى الأسفل، ونقليه حتى يشقر ثم نقلبه ونقلي الجهة الأخرى 4 دقائق. (تتوقف مدة النضوج على مدى سماكة اللحم، وينبغي أن تكون المدة الأطول للطهو من جهة الجلدة). نبهّر الصدور ونرفعها من المقلاة، ونضعها في طبق على جهة الجلدة. نزيل فائض الزبدة، ثم نضيف حامض الحصرم ونترك المقلاة على النار حتى ينخفض مستوى السائل. نضيف الصنوبر والدجاج من جديد ونعدّل بهارات الصلصة ونقدم الطبق.

حبشة محشوّة بالفواكه الثلاث

■ الكمية: 8 أشخاص ■ مدة التحضير: 30 دقيقة ■ مدة الطهو: ساعتان ونصف



المكوّنات	المقادير
حبشة	3 كلغ
تفّاح	7 حبّات
كبدة دجاج	150غ
خوخ مجفّف	150غ
مشمش مجفّف	100غ
حليب	1/2 كوب
بريوش	قطعة صغيرة
زبدة	4 ملاعق كبيرة
بصل صغير	حبّتان
حامض	1/2 حبة
مرق الدجاج	مكعّب واحد
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن لدرجة حرارة 180 مئوية، وفي هذه الأثناء نقلّب كبدة الدجاج مع ملعقة كبيرة من الزبدة ثم نقطّعها مكعبات كبيرة ونمزجها مع تفاحة مقطّعة مكعّبات وبصلة صغيرة مفرومة ومع البريوش المشبع بالحليب، ثم نملّح ونبهّر. نحشو الحبشة بهذه الحشوة، ثم ندهنها بمقدار ملعقتي طعام من الزبدة المذوّبة ونبهّر ونملّح ثم ندخلها إلى الفرن وفق المدة المطلوبة ونسقيها كل عشر دقائق بالقليل من المرق كي لا يجف لحمها. وقبل 10 دقائق من انتهاء الطهو، نذوّب مكعّب دجاج في لتر من الماء المغلي، ثم نضيف الفواكه المجففة ونتركها تترطّب. نقطّع بقية التفاح إلى مكعّبات كبيرة، ونسقيها بعصير الحامض. نقلي مكعبات التفاح مع باقي الزبدة، ثم نضيف الفواكه المجففة ونقليها لمدة 3 دقائق. نغلّف الحبشة بورق الألومنيوم، ونتركها 20 دقيقة في الفرن بعد إطفائه. نستخرج خواص الطهو من العصير، ثم نسكبه في قدر ونغليه لمدة دقيقتين، ونعدّل ملحه قبل تقديمه مع الحبشة.

طاجن دجاج بالكزبرة

- الكمية: 6 أشخاص
- مدة التحضير: 20 دقيقة
- مدة الطهو: 35 دقيقة



المكونات	المقادير
فروج بلدي مقطّع	فروج واحد
زبدة	4 ملاعق كبيرة
ثوم	حصّان
جزر	1/2 كلغ
زبيب	ملعقتان كبيرتان
مرق خضرة	كوب واحد
بقدونس وكزبرة	4 عروق من كل صنف
زعفران بودرة	رشّة
كزبرة حبّ	1/2 ملعقة صغيرة
كمون مطحون	1/2 ملعقة صغيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نكرّر الزبدة، فنذوّبها على نار خفيفة ثم نسكبها رويدًا رويدًا في وعاء مع المحافظة على حليب الزبدة في قعر الطنجرة.

2- نحمّر قطع الدجاج المملّحة والمبهّرة في المقلاة مع ملعقتين من الزبدة المكررة ونتركها على حدة.

3- نضع ما تبقى من الزبدة مع الجزر المقشّر والمقطّع دوائر والثوم والأعشاب المفرومة والزبيب والبهارات، ثم نغمر المزيج بمرق الخضرة ونغطي المقلاة ونتركها لمدة 5 دقائق إضافية على النار.

4- نضيف قطع الدجاج إلى الجزر ونغطيها ونتابع الطهو على نار خفيفة مدة 30 دقيقة. نزيّن الطبق بالأعشاب ونقدّمه.

يخنة دجاج بالفطر

■ الكمية: 6 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: ساعة و10 دقائق



المكوّنات	المقادير
صدر الدجاج	1 كلغ
فطر صغير	200 غ
خوخ مجفّف	12 حبّة
بصل	حبّة واحدة
خلّ التفّاح	ملعقتان كبيرتان
خلّ أبيض	4 ملاعق كبيرة
عسل	ملعقة كبيرة
أعشاب معطّرة	باقة واحدة
زبدة	ملعقة كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة
بقدونس مفروم ومقلّى	ملعقة كبيرة
زيت نباتي	1/2 كوب
مرقة الدجاج	4 أكواب

طريقة التحضير

1- يقطّع لحم الدجاج إلى مكعبات متوسطة ومتشابهة الحجم.

2- تحمّر مكعبات الدجاج في الزيت الحامي ثم نصفّيها ونعيد تشقير البصل في الزيت نفسه.

3- نعيد مكعبات الدجاج إلى الوعاء مع إضافة العسل ثم الخل ومرق الدجاج. تضاف باقة الأعشاب المعطّرة والخوخ مع القليل من الملح والبهار وتترك لمدة ساعة على نار خفيفة.

4- في هذه الأثناء، ينظّف الفطر إذا كان طازجًا وذلك بتقشيره وبعد ذلك يُقلَّب في الزبدة في وعاء على النار وعندما نرى خواصه بدأت تسيل منه نضيفه مع الخواص إلى الدجاج.

5- نرفع باقة الأعشاب المعطّرة ونقدّم الوصفة ونزيّن سطحها بالبقدونس الناعم مع معكرونة التالياتيلي العريضة.

مغربيّة بالدجاج ولحمة الموزات

■ الكمية: 4 - 6 أشخاص ■ مدة التحضير: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
فروج مسلوق ومحمّر	فروج واحد مقطّع
زيت نباتي	5 ملاعق كبيرة
بصل مقطع جوانح	3 ملاعق كبيرة
مغربية يابسة	1/2 كلغ
لحمة موزات بقر	350غ
بصل كويزات	10 حبات
مرق عظام الدجاج	8 أكواب
كراوية	6 ملاعق كبيرة
حمص حبّ مسلوق	6 ملاعق كبيرة
طحين	3 ملاعق كبيرة
زبدة	6 ملاعق كبيرة
ملح	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نضع في قدر 3 ملاعق كبيرة من الزيت على النار، نحمّر فيها لحمة الموزات ثم نسلقها بماء سلق الفروج. بعد ذلك نحمر كويزات البصل ونسلقها بباقي الماء. «نهبّل» المغربية بالماء الساخن 10 دقائق. نضع 3 ملاعق كبيرة من الزبدة على نار متوسطة، ونضيف المغربية المصفاة. نضيف 1/2 كمية الكراوية والملح الى المغربية، ونحرك جيداً ثم نضع بعيداً عن النار كوبين من المرق على البصل. نغمر المغربية بمرق عظام الدجاج وماء سلق اللحم والبصل كويزات ونزيل الماء الأسود من المقلاة «البصل المحروق» ونضيفه إلى المغربية كي يعطيها اللون البني. عندما يبدأ المرق بالغليان نغطي الطنجرة وندخلها إلى فرن خفيف الحرارة لمدة 40 دقيقة حتى تنضج المغربية. نصنع صلصة الرو من الزبدة والطحين ونضيف اليهما بقية المرق والنصف الثاني من الكراوية والملح والحمص الحبّ المسلوق واللحم والبصل فنحصل على الصلصة النهائية. تسكب المغربية في وعاء وعلى وجهها الدجاج المحمر وتقدم الصلصة على حدة. كما نستطيع وضع الحمص وبضع كويزات بصل مع حبوب المغربية.

دجاج بالزبيب والفستق

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
• فرّوج	فروج واحد
• زبيب	3/4 كوب
• فستق مقشّر	400 غ
• زيت زيتون	كوبان
• حليب سائل	3 أكواب
• سميد ناعم	1/2 كلغ
• ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1– نمزج السميد في مقدار كوب صغير من زيت الزيتون ورشّة من الملح والقليل من الماء الفاتر.

2– نعجن جيداً ونترك العجينة ترتاح.

3– نصنع من العجينة رقائق على شكل الكريب ونخبزها في مقلاة.

4– نقطّع الفروج إلى 8 قطع نقليها في مقدار كوب صغير من زيت الزيتون.

5– نملّح ونبهّر ونغمر قطع الدجاج بالماء ونتركها على نار خفيفة لمدة 20 دقيقة.

6– في هذه الأثناء، ننقع الزبيب في القليل من الماء الفاتر ونحمّص الفستق عدّة دقائق من دون مواد دهنية في الفرن أو في مقلاة.

7– نفتت قطع الكريب في جاط كبير للسلطة، ثم نضيف إليها الحليب السائل والمرق لتصبح رطبة ونضع فوقها قطع الدجاج ثم ننثر الزبيب والفستق ونقدّم الطبق.

اسكالوب دجاج بالحامض والبندورة

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 15 دقيقة ▪ مدة الطهو: 15 دقيقة



المكوّنات	المقادير
صدور دجاج بلدي	4 صدور (منزوعة الجلد)
بندورة مكبوسة	6 حبّات
زيت زيتون	6 ملاعق كبيرة
ليمون حامض	حبّة واحدة
حبق	عرقان
طحين	4 ملاعق كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نبشر الحامض ونمزج البرش مع الطحين ورشتين من الملح والبهار.

2- نصنع شقوقاً غير عميقة في سطح صدور الدجاج، ثم نقلّبها في مزيج برش الحامض والطحين، ونحمّرها لمدة 5 دقائق من كلّ جهّة في المقلاة مع 3 ملاعق من الزيت.

3- نقطّع البندورة مكعّبات، ونصفها في وعاء مع عصير الحامض وبقية الزيت ونمزج جيداً.

4- نحتفظ بصدور الدجاج، ثم نسكب مزيج البندورة في المقلاة ونقلّب الصدور فيه.

5- ننثر الحبق ونقدّم الطبق مع الباستا الإيطالية. وفي الصورة ترون قطع «النوتشي» المحضر من الطحين الأبيض مع صفار البيض. وللحصول على هذا الشكل يُلفّ على جهة المبشرة أو على كعب سلة قش، مثلما نفعل عند تحضير حلوى المعكرون اللبناني.

الشلجميّة

■ الكمية: 4 - 6 حصص ■ مدة التحضير: ساعة ونصف



المكوّنات	المقادير
• دجاج مقطّع شرائح	750 غ
• حمّص منقوع	150 غ
• ثوم قصبي مفروم	3 ملاعق كبيرة
• جبنة ماعز	75 غ
• زيت زيتون	3 ملاعق كبيرة
• لفت	450 غ
• بودرة اللوز	ملعقتان صغيرتان
• زلال بيض	4 بيضات
• كمّون بودرة	ملعقتان صغيرتان
• خردل	ملعقة كبيرة
• كزبرة وبقدونس	للزينة
• ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن للدرجة 200 مئوية (رقم 6). نقشّر اللفت ونقطّعه ثم نسلقه ونصفّيه ونهرسه ليأخذ شكل بوريه.

2- خلال سلق اللفت، نقلي الدجاج في الزيت الساخن، ثم نضيف الثوم القصبي والحمّص ونغمر الطنجرة بالماء ونتركها تغلي على نار خفيفة مدة 30 دقيقة.

3- نخفق الجبنة واللوز وزلال البيض في الخلاط الكهربائي حتى نحصل على عجينة رخوة.

4- عندما ينضج الدجاج، نضيف البهار والملح والكمون والخردل ثم بوريه اللفت ونمزج جيداً ثم نسكب المزيج في صينية فرن.

5- نغلّف المزيج بالعجينة الرخوة التي حصلنا عليها في الخطوة الثالثة مع الحرص على تغليف سطح المزيج بالكامل وطهوه لمدة 30 دقيقة في الفرن حتى يشقرّ سطحه. نخرج الصينية من الفرن ونزيّن الشلجمية بالكزبرة والبقدونس ونقدّمها.

كاري دجاج مع حليب جوز الهند

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 15 دقيقة



المكوّنات	المقادير
سفائن الدجاج	600 غ
حامض أخضر	حبّتان
كزبرة	باقة واحدة
بصل	حبّتان كبيرتان
حليب جوز الهند	كوبان
زيت الفستق	ملعقتان كبيرتان
مسحوق الكاري	ملعقتان كبيرتان
ملح	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقطع سفائن الدجاج ونضعها في وعاء. نرش عليها الملح وعصير الحامض.
2- نقشر البصل ونفرمه جوانح .
3- نحمي الزيت على نار خفيفة في مقلاة كبيرة ونقلي فيه البصل لمدة 5 دقائق.
4- نرش الكاري فوق البصل ونحرك لمدة دقيقتين.
5- نضيف حليب جوز الهند ونغلي المزيج.
6- عندما يبدأ المزيج بالغليان نضيف قطع الدجاج ونقلبها مرتين أو ثلاث لمدة 8 دقائق.
7- نقدم الطبق مزينا بالكزبرة المفرومة وإلى جانبه الأرز التايلندي وقطع الخيار.

ملاحظة: الأرز التايلندي هو أرز بسمتي مطبوخ مع برش جوز الهند ودوائر الفاكهة المجففة مثل الموز أو المانغا.

طاجن دجاج بالحمّص

■ الكمية: 6 أشخاص ■ مدة التحضير: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
• دجاج مقطّع 8 قطع	فرّوج واحد
• حمّص	750 غ
• بصل مفروم	3 حبّات
• بيض	8 بيضات
• ورق غار	ورقة واحدة
• زعفران	رشّة
• جوزة الطيب	حسب الرغبة
• طحين	كوبان
• زيت زيتون	كوب واحد
• ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نسلق الحمّص (المنقوع مسبقًا) في ماء قليل الملوحة حتى ينضج، ثم نصفّيه ونحفظه جانبًا.

2- نحمّر قطع الدجاج المغلّفة بالطحين في نصف كمية الزيت الساخن ثم نصفّيها ونحفظها جانبًا.

3- نقلّب البصل المفروم في الزيت المتبقي مع الزعفران وجوزة الطيب والغار. نملّح ونبهّر.

4- نمزج جميع المكوّنات مع بعضها بعد إضافة البيض المخفوق إليها، ثم ندخلها إلى الفرن لمدة 40 دقيقة (على حرارة رقم 6). عند الانتهاء من الطهو، يجب أن يكون سطح الطاجن قد أصبح أشقر اللون.

دجاج محشو بالفطر

- الكمية: 6 أشخاص
- مدة التحضير: 25 دقيقة
- مدة الطهو: ساعة و 45 دقيقة



المكونات	المقادير	المكوّنات	المقادير
• دجاج	دجاجة واحدة	للحشوة	
• حبوب البهار	حسب الرغبة	• لحم مفروم	300 غ
• جزر وكراث ولفت	6 حبات من كل صنف	• كبدة دجاج	4 حبّات
		• خبز مربع	6 قطع
• أرز	300 غ	• فطر أبيض	250 غ
• كبش القرنفل	حبّة واحدة	• كراث أندلسي	6 حبّات
• بصل	حبّة واحدة	• حليب	كوبان
• أعشاب مطيّبة (كرفس، غار، بقدونس)	باقة واحدة	• زبدة	ملعقتان كبيرتان
		• طرخون	6 عروق

طريقة التحضير

1- لتحضير الحشوة: نزيل أطراف الخبز المربع وننقعه في الحليب. نقشر الفطر ونقطعه. نقشر حبات الكراث ونفرمها جوانح ونقليها في مقدار ملعقة من الزبدة، ثم نضيف بقية الزبدة ونقلي الفطر. باستعمال الخلاط الكهربائي، نخلط الفطر والكراث والخبز المصفى واللحم المفروم وكبدة الدجاج و4 عروق من الطرخون. نحشو الدجاجة بهذه الحشوة ونخيط فجوتها. نشك كبش القرنفل في البصلة ونضعها في قدر مع الدجاجة والجزر المقشر وحبوب البهار والملح والأعشاب المطيبة. نغمر هذه المكونات بكمية من الماء ونغليها ونتركها على النار لمدة ساعة ونصف الساعة. بعد 45 دقيقة من بداية الطهو، نضيف اللفت والكراث. وبعد ساعة، نأخذ من ماء السلق كمية كافية لطهو الأرز.

شيش طاووق باللوز المحمّص

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 20 دقيقة
- مدة النقع: ساعة
- مدة الطهو: 15 دقيقة

المكوّنات	المقادير
فيليه الدجاج	800 غ
بصل أخضر	حبّة واحدة
لوز مجروش	1/4 كوب
عصير حامض	حبّة واحدة
يانسون مطحون	1/2 ملعقة صغيرة
سكّر أسمر	ملعقة كبيرة
زيت زيتون	5 ملاعق كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة
جوزة طيب مطحونة	رشة واحدة

طريقة التحضير

1- نمزج في وعاء، الزيت والبصل المفروم واليانسون ورشة جوزة الطيب.

2- نقطع الدجاج إلى مكعبات ونضيفه إلى الوعاء. نملح ونبهر ونمزج المكونات جيداً. نغطي الوعاء بورق البلاستيك ونتركه لمدة ساعة في مكان بارد.

3- نصفّي مكعبات الدجاج ونحتفظ بالصلصة، ثم نشك المكعبات في أسياخ خشبية مبللة.

4- نسكب صلصة النقع بكل مكوناتها في مقلاة، نتركها على نار خفيفة لمدة دقيقتين، ثم نضيف اللوز والسكر الأسمر. نترك المكونات على النار حتى يتغلف اللوز بالسكر. نضيف عصير الحامض ونحفظ المقلاة في مكان دافئ. نحمي شواية الفرن. نشوي الأسياخ الثمانية لمدة 10 دقائق ونقلبها عدة مرات.

5- نقدم سيخين في كل طبق ونزين باللوز المحمص الساخن. نقدم الأطباق فوراً مع الأرز.

دجاج بالزنجبيل والحامض

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 40 دقيقة ▪ مدة النقع: 12 ساعة ▪ مدة الطهو: 45 دقيقة



المكوّنات	المقادير
دجاج (8 قطع)	1200 غ
بقدونس إفرنجي	باقة واحدة
بطاطا صغيرة الحجم	800 غ
زنجبيل طازج	قطعة بطول 2 سم
سكّر	ملعقتان كبيرتان
زبدة	100 غ
كاري، قرفة وكركم	رشّتان من كل صنف
بندورة مجففة	8 حبّات
زيت دوار الشمس	7 ملاعق كبيرة
خل أبيض	ملعقتان كبيرتان
زيت زيتون	ملعقتان كبيرتان
ليمون حامض	حبّة واحدة
صلصة صويا	ملعقة كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- في المساء، نقطع الزنجبيل ونقشر الحامضة ونفرم قشرها فرمًا ناعمًا. نمزج السكر مع كوب من الماء ونضع قشر الحامض فيه ونغليه لمدة 10 دقائق، بعد ذلك نتركه ليبرد ثم نحفظه في البراد. نمزج زيت الزيتون مع صلصة الصويا والزنجبيل والبهارات المطحونة. ننقع قطع الدجاج في هذا المزيج ونضيف نصف كمية عصير الحامض ونحرّك جيدًا. نبهر بكثرة ونترك الدجاج منقوعًا في البراد 12 ساعة. في اليوم التالي، نصفي الدجاج ونحتفظ بماء النقع. نقلب الدجاج في قدر مع 50 غ من الزبدة لمدة 20 دقيقة. نملح ونضيف الخل وكوب من الماء وماء النقع. نخفف النار ونترك القدر تغلي 15 دقيقة إضافية، ثم نضيف البندورة المجففة. نصفي قشر الحامض ونرش بقية عصير الحامض على الدجاج. نوزع قطع الدجاج في أطباق التقديم ونغمرها بالصلصة ونقدمها وإلى جانبها مثلاً البطاطا المحمّرة بالزبدة.

دجاج مع الخضر الصغيرة

▪ الكمية: 6 أشخاص ▪ مدة التحضير: 25 دقيقة ▪ مدة الطهو: 50 دقيقة



المكوّنات	المقادير
أفخاذ دجاج	6 قطع
بصل	حبّة واحدة
جزر صغير الحجم	6 حبات
كرفس	عرق واحد
لفت صغير الحجم	6 حبات
زبدة	ملعقة كبيرة
كراث صغير الحجم	6 حبات
بقدونس	6 عروق
بطاطا صغيرة الحجم	6 حبات
كريما سميكة	كوبان
مكعب مرق الدجاج	مكعّبان
زيت	ملعقة كبيرة
صفار بيض طازج	بيضتان
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقشر الجزر واللفت والبطاطا ونغسلها ونقطعها. نزيل ثلثي القسم الأخضر من الكراث ونشقه ونغسله جيدًا. نقشر البصل ونفرمه جوانح. نقطّع الكرفس.

2- نحمّي الزيت والزبدة في قدر ونقلب فيهما أفخاذ الدجاج حتى يصبح لونها ذهبياً من كل الجهات. نصفيها ونغسل القدر ونعيدها إلى النار مع لتر ونصف من الماء بالإضافة إلى مكعبات المرق. وعندما يغلي المزيج نضيف إليه الدجاج والخضر ونخفف النار ونملح ونبهر ونغطي القدر ونتركها تغلي لمدة 40 دقيقة.

3- عندئذ، نخفق صفار البيض مع الكريما وملعقة كبيرة من مرق السلق. عندما نرفع القدر عن النار، نضيف إليها هذا المزيج ونحرك.

4- نوزع قطع الدجاج في أطباق التقديم ونزينها بالبقدونس المفروم ونقدمها فورًا.

دجاج على الطريقة المكسيكيّة

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 15 دقيقة ■ مدة الطهو: 15 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• سفائن دجاج	500 غ
• بصل	حبّة واحدة
• فاصوليا حمراء	علبة متوسطة الحجم
• فليفلة حمراء	حبّة واحدة
• فليفلة صفراء	حبّة واحدة
• مزيج مطحون من الكزبرة والكمون وإكليل الجبل	ملعقة صغيرة
• بقدونس مفروم	ملعقتان كبيرتان
• زيت	3 ملاعق كبيرة
• ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقطع سفائن الدجاج إلى مكعبات كبيرة ونرش عليها مزيج البهارات والملح.

2- نقشر البصل ونفرمه فرمًا ناعمًا.

3- نحمّي الزيت في قدر ونقلي الدجاج مع البصل لمدة 5 دقائق.

4- نزيل بذور الفليفلة ونقطعها مربعات صغيرة. نضيفها الى القدر ونحرك لبضع دقائق على نار قوية.

5- نضيف الفاصوليا مع نصف كمية مائها.

6- نغطي القدر ونترك المكونات تغلي على نار خفيفة لمدة 10 دقائق.

7- نزين الطبق بالبقدونس المفروم ونقدّمه ساخنًا.

دجاج مقلي مع الخضر على الطريقة الصينيّة

- الكمية: 6 أشخاص
- مدة التحضير: 40 دقيقة
- مدة النقع: 20 دقيقة
- مدة الطهو: 10 دقائق



المكوّنات	المقادير
سفائن دجاج	400 غ
فطر أبيض	200 غ
قرون بسلّى خضراء	250 غ
بهار	حسب الرغبة
فليفلة صفراء وحمراء	حبّة من كل صنف
ثوم	حصّ واحد
بصل أخضر	باقة واحدة
عروق صويا طازجة أو معلّبة	200 غ
زنجبيل طازج	قطعة صغيرة
صلصة صويا وزيت	3 ملاعق كبيرة من كل صنف

طريقة التحضير

1- نقطع سفائن الدجاج إلى شرائح وننقعها لمدة 20 دقيقة مع الثوم المفروم و3 ملاعق كبيرة من صلصة الصويا بالإضافة إلى الزنجبيل المقشر والمبشور.

2- نغسل براعم الصويا ونصفيها. نزيل بذور الفليفلة ونفرمها شرائح رفيعة. نسلق قرون البسلّى (البازلاء) لمدة 3 دقائق في الماء المملح. نقطع أعناق حبات الفطر ونغسلها ونصفيها ونفرمها جوانح. نغسل البصل الأخضر ونفرمه مع عروقه الخضراء.

3- في مقلاة كبيرة، نحمي الزيت على نار قوية ونقلي شرائح الدجاج بعد أن نصفيها، مع الفليفلة والفطر والبصل الأخضر لمدة خمس دقائق. ثم نضيف قرون البسلّى وبراعم الصويا. نبهر ونقلب المكوّنات على نار قوية لمدة دقيقتين أو ثلاث. نقدم الطبق فوراً.

دجاج مع الفطر على الطريقة القديمة

▪ الكمية: 6 - 8 حصص ▪ مدة التحضير: 10 دقائق ▪ مدة الطهو: 35 دقيقة



المكوّنات	المقادير
دجاج مقطع	1 كلغ
مرق الدجاج	4 أكواب
فطر معلّب	200 غ
بصل	حبّة صغيرة الحجم
خل أبيض	ملعقتان كبيرتان
زيت	ملعقة كبيرة
طحين	ملعقة كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقشّر البصلة ونفرمها جوانح.
2- نسخن الخل ونضيفه إلى المرق.
3- نحمّي الزيت في قدر ونضيف إليه البصل والدجاج ونقلّبه على نار قوية.
4- عندما يصبح الدجاج ذهبي اللون نخفف النار عنه ونضيف الطحين ومزيج الخل والمرق.
5- نغطي القدر ونقلب الدجاج من حين إلى آخر.
6- نضيف الفطر قبل 15 دقيقة من إطفاء النار.

ملاحظة: تشبه هذه الوصفة من ناحية الشكل وصفة الدجاج بالصلصة البيضاء، ويلعب الخل دوراً مهماً في إضفاء صبغة خاصة عليها. في الصورة حبّات الأرز الأسود المشهور في كندا والذي يعتبر من أنواع الأرز الصحية.

دجاج بالخلّ

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 55 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• دجاج مقطع	1200 غ
• بطاطا صغيرة	12 حبّة
• بصل صغير الحجم	12 حبّة
• فطر أبيض	150 غ
• خل أبيض	1/2 كوب
• زبدة	ملعقتان كبيرتان
• طحين	ملعقتان كبيرتان
• أعشاب مطيّبة (زعتر، غار، بقدونس، كرفس)	باقة واحدة
• ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقلي البصل بالزبدة في قدر ثم نحفظه جانبًا.

2- نملّح الدجاج ونبهّره ثم نقليه في القدر ونرش عليه الطحين.

3- نضيف البصل المقلي والأعشاب المطيبة والخل بالإضافة إلى كوبين من الماء. نملّح ونبهّر ونغطي القدر ونترك المكوّنات تغلي على نار خفيفة لمدة 20 دقيقة.

4- نضيف البطاطا المقشرة ونترك القدر على النار لمدة 20 دقيقة إضافية ثم نضيف الفطر المقطع وننتظر 5 دقائق ثم نرفع القدر عن النار ونقدم الدجاج ساخنًا.

أرنب بالطرخون

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 25 دقيقة ■ مدة الطهو: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
أرنب مقطّع	1200 غ
فطر أبيض	150 غ
طرخون	باقة واحدة
كراث أندلسي	حبّتان
ثوم	حص واحد
كريما سائلة	4 أكواب
خل تفاح	ملعقة كبيرة
خردل بالطرخون	ملعقة صغيرة
زبدة	3 ملاعق كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحتفظ ببعض أوراق الطرخون ونفرم الباقي ونغليه بالخل والماء في قدر صغيرة. نفرم الثوم والكراث.

2- نقلي الأرنب المقطّع مع مقدار ملعقتين من الزبدة ونضيف إليه الثوم والكراث. نملح ونبهر ونغطي القدر ونتركها تغلي على نار خفيفة لمدة 5 دقائق مع التحريك.

3- نضيف الكريما ونغطي القدر ونتركها على نار خفيفة لمدة 35 دقيقة.

4- ننظف الفطر ونقليه لمدة 5 دقائق على نار قوية مع ما تبقّى من الزبدة. نملح ونبهر ونضيف قليلاً من الخل.

5- نضيف الخردل والفطر إلى القدر ونتركها على النار لمدة 5 دقائق إضافية. نزيّن الطبق بأوراق الطرخون الأخضر ونقدمه.

دجاج مطبوخ بالبندورة والفليفلة

▪ الكمية: 6 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: 40 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• دجاج مقطع	1 كلغ
• بندورة	800 غ
• فليفلة خضراء	حبّتان
• فليفلة حمراء	حبّتان
• بصل	حبّتان
• ثوم	3 حصوص
• زيت زيتون	4 ملاعق كبيرة
• أعشاب مطيّبة (بقدونس، غار، كرفس، زعتر)	باقة واحدة
• خل أبيض	ملعقتان كبيرتان
• حر أحمر مطحون	حسب الرغبة
• ملح	حسب الرغبة

طريقة التحضير

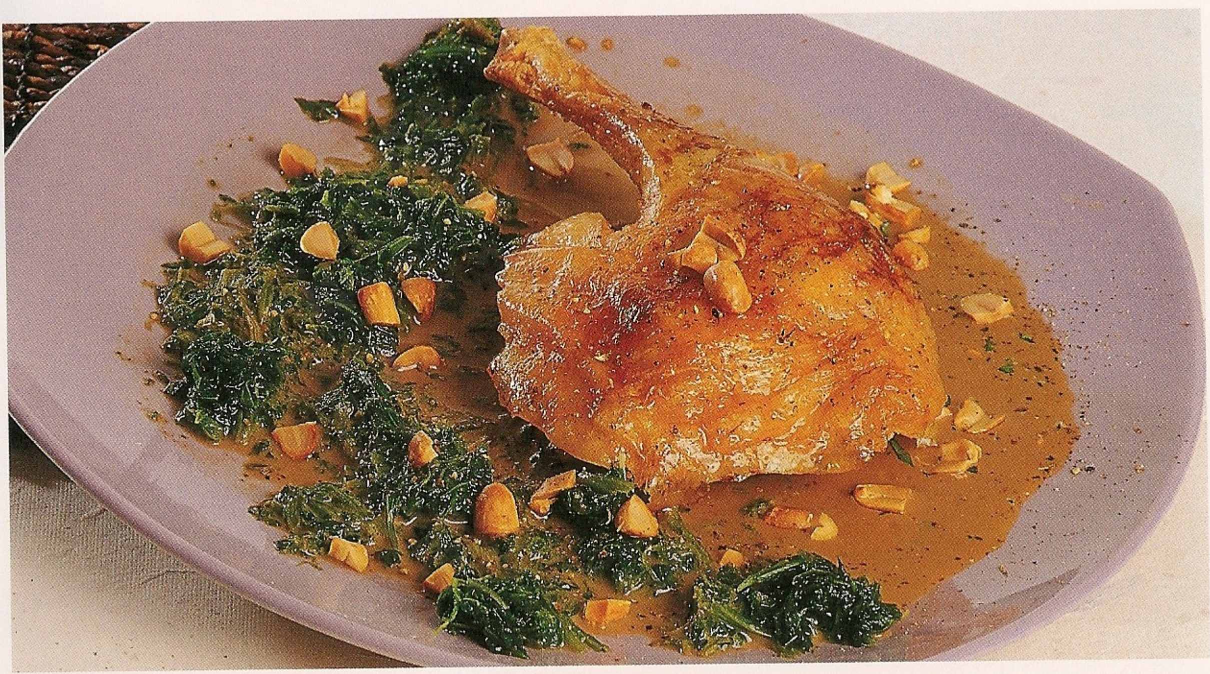
1- نقشر الثوم والبصل ونفرهما. نقشر البندورة ونزيل بذورها ونقطع لبها. نزيل بذور الفليفلة والعروق البيضاء من داخلها ونقطعها قطعًا رفيعة.

2- نحمي الزيت في قدر ونقلب قطع الدجاج حتى تصبح ذهبية اللون ثم نصفيها. نقلي البصل والثوم في القدر نفسها ونضيف الفليفلة ومن ثم البندورة والأعشاب المطيبة وقطع الدجاج. نغطي القدر ونتركها على نار خفيفة لمدة 30 دقيقة.

3- نسكب قطع الدجاج والفليفلة في طبق التقديم ونغمرها بالصلصة ونزيل باقة الأعشاب ونقدم الطبق فورًا.

أفخاذ البط المحمّرة مع الفستق

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 30 دقيقة ■ مدة الطهو: 25 دقيقة



المكوّنات	المقادير
أفخاذ بط (أو دجاج)	4 أفخاذ
أورق السبانخ	2 كلغ
فستق سوداني مجروش	1/4 كوب
ثوم	حصان
زبدة	ملعقتان كبيرتان
كريما	250غ
مرق دجاج	4 أكواب
زيت	ملعقتان كبيرتان
نعناع	باقة واحدة
ملح وبهار اسود	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن للدرجة 210 مئوية. نورّق النعناع ونحتفظ ببضعة عروق للزينة. نفرك الدجاج بأوراق النعناع ثم بالثوم.

2- نضع أفخاذ البط في صينية. نضيف الملح والبهار وندهن الأفخاذ بالزيت ثم نضيف مرق الدجاج. نحمرها في الفرن لمدة 25 دقيقة ونسقيها من مرقها.

3- نغسل أوراق السبانخ ثم نعصرها جيدًا. نذوب 40غ من الزبدة في قدر على نار قوية. نضيف السبانخ تدريجيًا مع عشر أوراق من النعناع. نملح ونبهر.

4- بعد جفاف ماء السبانخ، نضيف الكريما تدريجيًا مع نصف كمية الفستق ثم نغلي على نار قوية.

5- نوزع السبانخ وأفخاذ البط في 4 أطباق. نرش الفستق ونزين الطبق بالنعناع، ونقدّمه ساخنًا.

دجاج على الطريقة المغربيّة

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 20 دقيقة
- مدة الطهو: 40 دقيقة



المكوّنات	المقادير	المكوّنات	المقادير
أفخاذ دجاج	4 أفخاذ	زيت زيتون	ملعقة كبيرة
بصل	حبة احدة	قرفة	رشّة
ثوم	4 حصوص	زبدة	ملعقتان كبيرتان
مرق دجاج	4 أكواب	كزبرة مفرومة	نصف كوب
عصير حامض	ملعقة كبيرة	زنجبيل مطحون	ملعقة صغيرة
حمّص حب	كوب واحد	بقدونس مفروم	ملعقة كبيرة
زيتون أسود منزوع النوى	12 حبة	ملح وبهار	حسب الرغبة
أرز بسمتي	150 غ		

طريقة التحضير

1- نقطع أفخاذ الدجاج إلى قسمين. نحمر الدجاج من الجهتين في قدر مع الزيت والزبدة. نضيف الثوم المدقوق والبصل المفروم والزنجبيل والقرفة ثم نضيف الحامض المعقد أو العصير.

2- نخلط الكزبرة والبقدونس ثم نضيف نصفها إلى القدر. نضيف الملح والبهار ونغمر المكوّنات بمرق الدجاج. نغطي القدر ونتركها على نار خفيفة لمدة 20 دقيقة.

3- نغسل الأرز البسمتي ونصفّيه. نضيف الأرز والحمص والزيتون الأسود إلى القدر. نترك القدر على النار لمدة 15 دقيقة إضافية.

4- نقدم الدجاج ساخنًا في طبق من الفخار ونزينه بالبقدونس والكزبرة.

ملاحظة: للمزيد من النكهة، يمكن إضافة الزعفران إلى المرق.

دجاج مع الحمّص

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
دجاج	1450 غ
حمّص حبّ	علبة صغيرة
لوبياء	200 غ
بصل أحمر	حبّتان
مرق دجاج	6 أكواب
خل أحمر	ملعقتان كبيرتان
زيت نباتي	ملعقتان كبيرتان
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقطّع الدجاج بعد تسحيبه من جلده وعظمه إلى مكعّبات متوسطة ومتشابهة الحجم. نغسل الحمص ونفرم البصل ناعمًا.

2- نحمر الدجاج في قدر مع الزيت ثم نحفظه جانبًا.

3- نقلّب البصل في نفس القدر لمدة دقيقتين ثم نضيف الخل والدجاج والحمص والملح والبهار، ونغمر الجميع بالمرقة. نغطّي القدر ونتركها على نار خفيفة لمدة 45 دقيقة.

4- نسلق اللوبياء في الماء المملح لمدة 5 إلى 10 دقائق. نصفّيها ونغقعها مباشرة في الماء المثلج وذلك للحفاظ على لونها وفيتاميناتها ثم نصفّيها ونضيفها إلى القدر قبل 5 دقائق من انتهاء عملية الطهو ثم نقدّم الطبق.

ملاحظة: في هذه الوصفة يُستعمل الخل أيضاً، وهو مكوّن نستطيع الاعتماد عليه للتخفيف من دسم الدجاج وتطييب الوصفة، ومع ذلك يبقى مكوّناً اختيارياً.

دجاج بالملفوف الأحمر والتفّاح

- الكمية: 6 أشخاص
- مدة التحضير: 20 دقيقة
- مدة الطهو: ساعة و45 دقيقة



المكوّنات	المقادير
دجاجة مقطّعة	8 قطع
بصل	حبّة واحدة
ملفوف أحمر	حبة متوسطة
كراث	حبتان
تفاح (حامض)	حبتان
مرق الدجاج	4 أكواب
زيت زيتون	ملعقتان كبيرتان
ورق غار	4 أوراق
خل أحمر	ملعقتان كبيرتان
سكر	1/2 ملعقة كبيرة
كزبرة حبّ	ملعقة كبيرة
كبش قرنفل	ملعقة صغيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نفرم الكراث والبصل ونقليهما في الزيت لمدة 5 دقائق. نضيف الملفوف المفروم ناعمًا ونقلبه لمدة دقيقتين.

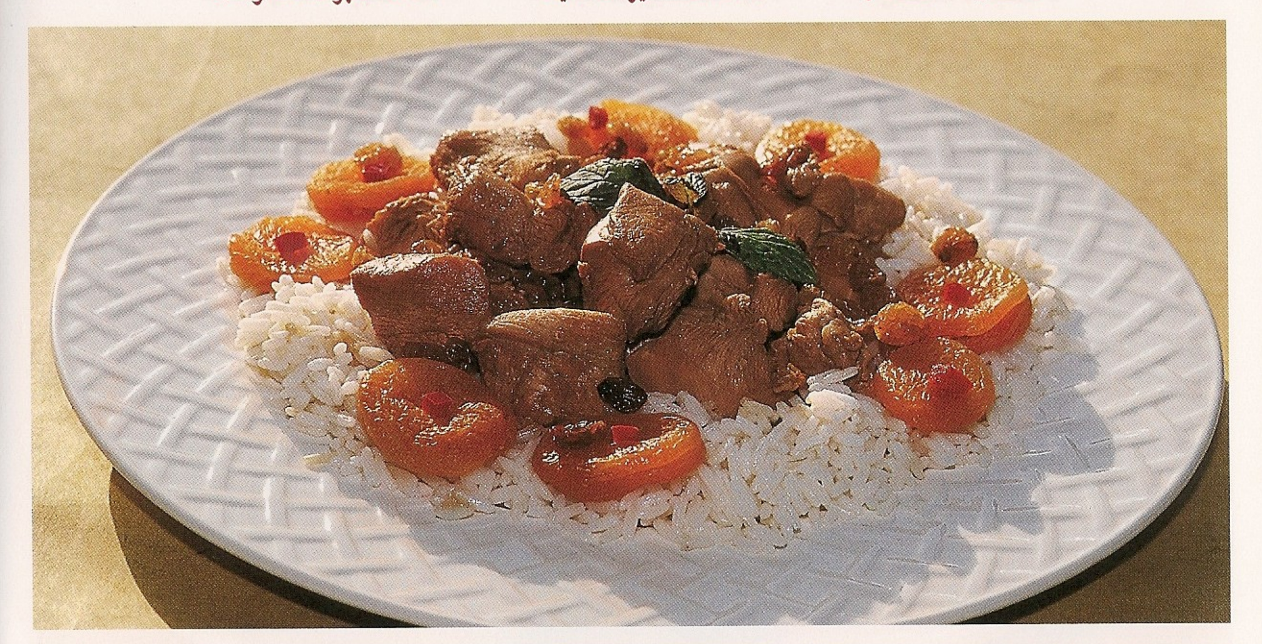
2- نضيف مرق الدجاج والخل وكبش القرنفل وورق الغار والكزبرة والسكر والملح والبهار. نترك المكوّنات على نار خفيفة لمدة نصف ساعة.

3- نضع قطع الدجاج في القدر ونوزع عليها الملفوف والتفاح المقطع أرباعًا بعد تقشيره. نترك القدر على النار لمدة 45 دقيقة أو حتى ينضج الدجاج.

ملاحظة: لإضفاء نكهة طيبة على الملفوف الأحمر، ننقعه لمدة 12 ساعة تقريباً في البراد مع الخل والسكر والملح.

دجاج بالفاكهة المجفّفة

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: ساعة واحدة



المكوّنات	المقادير
• صدور الدجاج	1 كغ
• زبيب	1/2 كوب
• بصل مفروم جوانح	حبة واحدة
• مشمش مجفف	12 حبة
• خل تفاح	كوب واحد
• 4 بهارات	رشّة
• أعشاب معطّرة (زعتر، بقدونس، كرفس، غار)	باقة واحدة
• ملح وبهار	حسب الرغبة
• عسل	ملعقة كبيرة
• زيت وزبدة	ملعقتان كبيرتان من كل صنف

طريقة التحضير

1- نقطع الدجاج إلى مكعّبات صغيرة ونقلّبها في قدر مع الزيت الساخن. نحفظها جانبًا ونضيف البصل إلى القدر ونقلّبه حتى يتغير لونه قليلاً فنعيد عندئذ الدجاج إلى القدر.

2- نضيف العسل ونحرّك على نار قوية. نضيف الخل والزبيب والمشمش المقطّع والأعشاب. نملّح ونبهّر ونضيف الأربع بهارات.

3- نغطي القدر ونتركها تغلي على نار خفيفة لمدة ساعة.

4- نسكب الدجاج في طبق التقديم مع المشمش. نزيل الأعشاب من القدر ونضيف الزبدة. نحرك ونسكب الصلصة مع الزبيب فوق الدجاج. نزين بعرق إكليل الجبل ونقدم الطبق إلى جانب الأرز الأبيض.

ملاحظة: يمكن استبدال المشمش المجفف بالخوخ المجفف.

فرّي مع الزبدة والفاكهة المجفّفة

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 20 دقيقة ▪ مدة الطهو: 30 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• عصافير فرّي (جاهزة للطبخ)	4 عصافير
• مرق دجاج	4 أكواب
• زبدة مذوبة	3/4 كوب
• زيت	ملعقتان كبيرتان
• مشمش وخوخ مجفف	
• ملح وبهار	حسب الرغبة
• أعشاب معطرة	باقة واحدة

طريقة التحضير

1- نهرس الفاكهة المجففة المنزوعة النواة في الخلاط الكهربائي ثم نمزجها جيداً مع الزبدة بواسطة الشوكة. نحفظ المزيج في الثلاجة حتى يجمد.

2- نقلّب حبات الفري 5 دقائق في قدر مع الزيت الحامي وعلى نار قوية حتى تصبح ذهبية اللون.

3- نصب المرقة فوق الفري حتى تستوي من الداخل.

4- عندما يغلي المزيج نضيف باقة الأعشاب ويتابع الغلي على نار هادئة لمدة 25 دقيقة.

5- نخرج عصافير الفرّي ونغلفها بورق الألومنيوم لنحفظها ساخنة. نغلي المرق حتى يتبخر ثلثه.

6- نخفف النار ونضيف الفاكهة الممزوجة بالزبدة ونخفق جيداً.

7- نقدم عصافير الفري مزيّنة بالفواكه المجففة وإلى جانبها الصلصة الناتجة.

8- تعتبر هذه الوصفة من أطيب وصفات العصافير من حيث المزج بالنكهات خاصة نكهة الفاكهة المجففة التي تستعمل غالباً في وصفات الطبخ الإيرانية.

حبش محمّر مع كرات اليقطين

▪ الكمية: 6-8 أشخاص ▪ مدة التحضير: 45 دقيقة ▪ مدة الطهو: ساعتان ونصف



المكوّنات	المقادير
حبشة بلديّة	زنة 3 كلغ
كراث	4 عروق
لبّ يقطين صيني	2 كلغ
كرفس وجزر	حبة من كل صنف
زبدة	5 ملاعق كبيرة
بصل	حبتان كبيرتان
كبش قرنفل حبّ	ملعقة كبيرة
أعشاب مطيّبة (بقدونس، غار، زعتر، كرفس)	باقة واحدة
ملح وبهار	حسب الرغبة
بقدونس مفروم	للتزيين

طريقة التحضير

1- نضع في قدر نصف لتر من الماء مع بصلة مشكوكة بكبش القرنفل والجزر المقشر والمقطع دوائر والكرفس المقطع. نضيف الملح والبهار. نغطي القدر ونتركها على نار خفيفة لمدة 40 دقيقة.

2- نستخرج من لب اليقطين كريات بوساطة ملعقة خاصة.

3- نحمّي الفرن للدرجة 210 مئوية. نملح ونبهر داخل الحبشة ونحشوها ببصلة مفرومة مع باقة الأعشاب ونصف كمية الزبدة. نخيط الحبشة ونكتفها ونضعها في صينية ثم ندهنها بما تبقى من الزبدة، ونوزع حولها كريات اليقطين. نحمّر الحبشة في الفرن لمدة ساعتين ونصف، ونصب فوقها كل عشر دقائق القليل من ماء الخضر المحضّر في الخطوة الأولى وذلك كي لا يجف لحمها.

4- نطفىء الفرن ونغلف الحبشة بورق الألومنيوم ونتركها ترتاح داخله. نقدم الحبشة مع المرق مزينة بالبقدونس المفروم وكريات اليقطين المحمّرة الناضجة.

اسكالوب الدجاج بالفستق السوداني

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 15 دقيقة ■ مدة الطهو: 10 دقائق



المكوّنات	المقادير
• اسكالوب الدجاج	4 قطع
• فستق سوداني غير محمّص	200 غ
• طحين	1/2 كوب
• بيض	بيضة واحدة
• زيت	4 ملاعق كبيرة
• ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نجرش الفستق ونضعه في طبق.
2- نخفق البيضة في وعاء ونضع الطحين في طبق ثالث.
3- نغلّف الاسكالوب بورق النايلون وندقّه بالشوبك أو بالمطرقة الخشبية. نزيل ورق النايلون ونملح قطع الاسكالوب ونبهرها من الجهتين.
4- نغمس الاسكالوب من الجهتين في الطحين أولاً ثم في البيض المخفوق، وأخيرًا نغلفها جيدًا بالفستق.
5- نحمّي الزيت في مقلاة واسعة ونقلي فيها الاسكالوب لمدة 5 دقائق من كل جهة حتى تتحمّص ويصبح لونها ذهبياً.
6- نقدم قطع الاسكالوب والى جانبها الأرز الأبيض وقطع الأناناس المقلية بالزبدة.
7- يمكن أيضاً إدخال زبدة الفستق على وصفتنا وذلك بمدّ قطع الاسكالوب ودهنها بالزبدة ثم لفها على بعضها ومتابعة الوصفة ابتداء من الخطوة الرابعة.

دجاج مقلّى مع الملفوف الصغير

■ الكمية: 4 أشخاص ■ مدة التحضير: 20 دقيقة ■ مدة الطهو: 40 دقيقة



المكوّنات	المقادير
• ملفوف	حبة واحدة متوسطة الحجم
• ملفوف بروكسل صغير (choux de bruxelles)	1/2 كلغ
• مرق الدجاج	كوب ونصف
• صدور دجاج مقطعة	700 غ
• أرز بسمتي	كوب منقّى ومغسول
• زبدة	1/2 كوب
• شبث مفروم	ملعقة كبيرة
• شرائح حامض أخضر	حبّتان
• ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نسلق حبة الملفوف بكاملها لمدة ربع ساعة في الماء المغلي ثم نبرّدها في الماء البارد ونصفّيها ونقطعها نصفين.

2- نقطّع صدور الدجاج إلى مكعبات صغيرة ونملّحها ونبهّرها. نسلق الأرز في الماء المغلي والمملح (15 إلى 18 دقيقة) حتى يستوي.

3- في هذه الأثناء، نحمّي مقدار ملعقتين من الزبدة ونقلي فيها الدجاج على نار قوية.

4- نقلي الملفوف الصغير في مقلاة أخرى مع ملعقة من الزبدة، ثم نضيفه إلى الدجاج ونوزّع الأرز المسلوق على المزيج ونخفّف النار ونغطّي القدر بعد إضافة كوب ونصف من المرق.

5- نترك المواد عشرين دقيقة ثم نطفئ النار ونقلب الطنجرة في جاط التقديم ونزيّن بالشبث المفروم وشرائح الحامض وأوراق الملفوف المسلوق في الخطوة الأولى. ونرش القليل من عصير الحامض على الدجاج.

دجاج بالفرن مع بطاطا بالثوم

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 20 دقيقة
- مدة الطهو: 20 دقيقة



المكوّنات	المقادير
أفخاذ الدجاج	4 أفخاذ
بطاطا كبيرة	800 غ
ثوم	حصّان
إكليل جبل مفروم	عرقان
زيت	4 ملاعق كبيرة
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن لدرجة حرارة 180 مئوية. نقطّع البطاطا قطعًا عريضة أو بشكل حصوص أو دوائر.

2- نصفّ الدجاج في صينية ونحمّره في الفرن لمدة 20 دقيقة.

3- نحمّي الزيت ونضيف البطاطا ونتركها على نار معتدلة لمدة 20 دقيقة ونقلبها من حين إلى آخر. وقبل أن تنضج تمامًا، نضيف الثوم المفروم وإكليل الجبل والملح.

4- نوزع البطاطا في أطباق التقديم ونضع فوقها أفخاذ الدجاج ونبهر ونقدم الطبق فورًا.

ملاحظة: هناك عدة طرق لتنفيذ هذه الوصفة وأهمها وضع البطاطا مع الدجاج في نفس الوعاء. وخلال عملية الإستواء، نقوم برش القليل من عصير الحامض على الدجاج. والمعروف أن الحامض هو من أطيب المكوّنات المنكّهة التي يمكن إضافتها إلى الدجاج أثناء الطبخ.

لفائف دجاج محشوّة بالبندورة المجفّفة

- الكمية: 4 أشخاص
- مدة التحضير: 20 دقيقة
- مدة الطهو: 20 دقيقة



المكوّنات	المقادير
اسكالوب دجاج	4 قطع
بندورة مجفّفة بالزيت	8 حبات
زيتون أسود منزوع النوى	10 حبات
جبنة صفراء	80 غ
كعك مطحون	1/4 كوب
بيض	حبّتان
مردقوش	عرقان
زيت زيتون	ملعقتان كبيرتان
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نحمّي الفرن للدرجة 210 مئوية. ندقّ الاسكالوب بالشوبك أو بالمطرقة الخشبية وبالاستعانة بورق النايلون. نفرم الزيتون ونورق المردقوش. نخفق البيض مع رشة ملح.

2- نضع على طرف كل قطعة اسكالوب قطعتي بندورة مجففة مفرومة مع ربع كمية الزيتون المفروم وبضع شرائح جبنة. نضيف المردقوش ونبهّر.

3- نلف كل قطعة اسكالوب بشدة ونثبتها بعودين خشبيين.

4- نغمس اللفائف في البيض المخفوق ثم نغلفها بالكعك المطحون. نصفّها في صينية مدهونة بالزيت ونرش عليها قليلا من الزيت ونحمّرها في الفرن لمدة 20 دقيقة. نقلبها مرة واحدة بعد 10 دقائق. وعند التأكد من استوائها نقدّمها مع أي نوع معكرونة نريده.

مقلاة دجاج محمّر بعصير التفّاح

▪ الكمية: 4 أشخاص ▪ مدة التحضير: 25 دقيقة ▪ مدة الطهو: 20 دقيقة



المكوّنات	المقادير
سفائن دجاج	600 غ
تفاح	حبّتان
معكرونة تالياتيلي	400 غ
كراث	حبة واحدة
كريما سميكة	كوب واحد
عصير التفاح	كوب واحد
جزر صغير	12 حبة
زبدة	4 ملاعق كبيرة
زيت	ملعقة كبيرة
بهار أخضر حبّ	10 حبات
ملح وبهار	حسب الرغبة

طريقة التحضير

1- نقشر حبات الجزر ونحتفظ بالقليل من العروق الخضراء. نسلقها لمدة 10 دقائق على البخار ونحفظها ساخنة. نقشر التفاح ونزيل بذوره ونقطّعه شرائح.

2- في مقلاة واسعة، نقلي سفائن الدجاج المقطّعة لمدة 5 دقائق مع الكراث المفروم وملعقة كبيرة من الزبدة وملعقة كبيرة من الزيت. نملح ونبهر ونحتفظ بهذه المكوّنات في طبق. نضيف عصير التفاح إلى المقلاة ونحرك ثم نضيف الكريما وحبات البهار الأخضر ونغلي المزيج قليلاً ونضيف الملح والبهار.

3- نضيف الدجاج إلى الصلصة ونغليه قليلاً على نار خفيفة. في هذه الأثناء، نقلّب التفاح لبضع دقائق في مقلاة مع مقدار ملعقتين كبيرتين من الزبدة.

4- نسلق المعكرونة في الماء المملح لمدة 3 دقائق تقريبًا، ثم نصفّيها ونضيف إليها ما تبقى من زبدة. نضع الدجاج في وسط الطبق ونغمره بالصلصة ونحيطه بالمعكرونة والجزر والتفاح ونقدمه فورًا.

في هذه السلسلة:

- اللحوم ▪ الدجاج ▪ المقبلات والشوربات ▪ الأطباق المرافقة
- السلطات ▪ الأسماك ▪ الحلويات الشرقية والمعجنات ▪ الحلويات الغربية









ISBN 9953-37-364-7

9 789953 373645